

En studie av terapeuters narrativer om det å bruke seg selv i terapi

Utarbeidet av
Tora Eileen Bjørknes Grande

Veileder: Anja Bjørøy

Mastergradsoppgave i familieterapi og systemisk praksis

Studiested
Diakonhjemmet Høgskole, våren 2015

Institutt for sosialt arbeid og familieterapi

29.juni 2015

24860 ord

...de flyter
rundt som blomster etter en begravelse til sjøs,
tar man dem opp av vannet
forsvinner alle form hos dem
som når
en ubeskrivelig sannhet løftes ut av stillheten og formuleres
til død gele
ja de er uoversettelige
de må bli værende i sitt
element

Fra "Östersjöar" av Tomas Tranströmer

Sammendrag

Denne oppgaven er en kvalitativ studie, basert på fire informanter. To informanter arbeider innenfor kommunale forebyggende familietiltak. En informant arbeider som mellomleder på en barnevernsinstitusjon, og en jobber som privatpraktiserende parterapeut og familieveileder. Samtlige informanter betegner en praksis knyttet til en systemisk tilnærming, og anser ulike familieterapeutiske teknikker og metoder som sentrale i sitt arbeid. Tema for oppgaven har omhandlet terapeuters opplevelser knyttet til det å bruke seg selv, og forskningsspørsmålet lød initielt slik: ”På hvilken måte opplever terapeuten at hun anvender sine egne relasjonelle erfaringer og personlige egenskaper i terapi?”.

Grounded Theory har blitt anvendt som forskningsmetode, både ved innsamling og analyse av data. Analysen resulterte i utledingen av tre hovedkategorier. Ut fra mine tolkninger av materialet har jeg funnet at terapeutene erfarte utdanningen som et personlig paradigmeskifte, som fikk følger for forståelse av dem selv, eller forståelse av rollen. Betydningen av metode som rammeverk for praksis blir også tydeliggjort. Personlige erfaringers innflytelse på foretrukket metodisk tilnærming, og metode som et viktig holdepunkt i arbeidet blir beskrevet. Tre forskjellige narrativer knyttet til terapeutrollen, synliggjør ulike posisjoner terapeuter kan innta. Alle informantene beskriver narrativer som har forbindelser mellom deres profesjonelle arbeid og private liv.

Forord

Jeg vil først og fremst rette en stor takk til de fire informantene som takket ja til å delta i prosjektet mitt. Gjennom deres fortellinger, har oppgaven blitt tilført sentrale perspektiver og kontraster.

Det er seks år siden jeg begynte på familiterapistudiet. Studiene og masterprosjektet har brakt med seg timer av studier, samlinger og eksamener. Dette hadde ikke vært mulig å gjennomføre uten min kloke og forståelsesfulle mann Geir, du er best. Takk også til mine tre barn, Peter, Rachel og Carla.

Takk til medstudenter i MGFAM-09 og MGFAM-10, for humor, varme og gode samtaler. Takk til Hans Christian Michaelsen og Anne Kyong Sook Øfsti for klok og kyndig veiledning gjennom årene som har gått.

Til slutt vil jeg rette en stor takk til min veileder, Anja Bjørøy. Din tålmodighet, kyndige innspill og engasjement har vært en avgjørende faktor for at jeg har kommet i mål med dette prosjektet.

I takknemlighet

Grimstad, 29. juni 2015

Tora Eileen Bjørknes Grande

Innholdsfortegnelse

1.0 INNLEDNING	7
1.1 Bakgrunn for valg av tema	7
1.2 Prosjektpresentasjon	9
1.3 Forskningsspørsmål	10
1.4 Sentrale begreper	10
1.4.1 Sosialkonstruksjonisme og sosialkonstruktivisme	10
1.4.2 Systemisk forståelse og sentrale begreper	11
1.4.3 Selvet	12
1.4.4 Narrativ	13
1.4.5 Terapi	13
1.4.6 Klient	14
1.5 Oppbygging av oppgaven	14
2. EGET VITENKAPSFILOSOFISKE STÅSTED	15
2.1 Min vitenskapsfilosofiske forankring	15
2.1 Forskning på feltet	17
2.2 Problemstillingens relevans for fagfeltet	18
3. DESIGN OG METODE	20
3.1 Valg av metode og forskningsdesign	20
3.1.1 Hvilke metoder har jeg valgt bort, og hvorfor?	22
3.2 Presentasjon av Grounded Theory	23
3.2.1 Steg i GT prosessen	23
3.2.2 Memos	24
3.2.3 Informanter	24
3.2.4 Datainnsamling – theoretical sampling	25
3.2.5 Metning	25
3.2.6 Kodingsprosessen i GT	25
3.2.7 Kvalitet i GT forskning	27
3.3 Min GT prosess	28
3.3.1 Utvalget i studien	28
3.3.2 Rekruttering av informanter	29
3.3.3 Pilotintervju	30
3.3.4 Kontekst for intervjuene	30
3.3.5 Rekruttering av informanter i tråd med theoretical sampling	31
3.3.6 Bearbeiding og koding av materialet	32
3.3.7 Memoskriving	35
3.4 Etske betraktninger	35
3.5 Idealet om transparens	37
4. ANALYSE	37
4.1 Arbeid med utforming av kategorier	38
4.2 Grafisk fremstilling av hovedkategorier og underkategorier	40
4.3 Narrativer om personlig prosess og betydningen av metode	41
4.3.1 Terapeutisk utdanning som personlig paradigmeskifte	41
4.3.2 Metode som holdepunkt i arbeidet	43
4.3.3 Subjektivitet i valg av metodisk tilnærming	44
4.4 Narrativer om selvet i terapeutrollen	46
4.4.1 Det hele selv	46
4.4.2 Det tredelte selv	47
4.4.3 Profesjonalitet som kappe	48
4.5 Resonans	48
4.5.1 Klang av terapirommet inn i eget liv	48

4.5.2	Klangen av eget liv inn i terapirommet	49
4.5.4	Personlige erfaringer som implisitt kunnskap	52
5.	PRESENTASJON AV TEORI	53
5.1	<i>Sosialkonstruksjonisme</i>	53
5.2	<i>Narrativ teori</i>	56
5.4	<i>Narrativer som forbinder det personlige og det profesjonelle i terapeutens praksis, i henhold til Per Jensens forskning</i>	59
5.5	<i>Den språklige vendingen i terapi, i henhold til Anne Kyong Sook Øfsti's litteratur</i>	60
6.	DRØFTING/ REFLEKSJONER OMKRING KATEGORIENE	63
6.1	<i>Kategori 1 Narrativer om personlig prosess og betydningen av metode</i>	63
6.2	<i>Kategori 2 Narrativer om selvet i terapeutrollen</i>	71
6.3	<i>Kategori 3 Resonans</i>	75
7.	AVSLUTNING	78
7.1	<i>Selvrefleksjon og kritisk vurdering av egen studie</i>	78
7.2	<i>Oppsummering av forskningsspørsmål og funn</i>	80
7.3	<i>Framtidige forskningsmuligheter</i>	81

Litteraturliste

Vedlegg

1.0 INNLEDNING

Jeg har gjennom studietiden latt meg inspirere av terapeuter som Harlene Anderson¹ og Tom Andersen², og betraktet deres fantastiske evner til å være i åpne dialoger med mennesker. At dialogen i seg selv er det terapeutiske virkemiddelet, har for meg blitt et dilemma. For hva blir terapeutens viktigste ressurs i en slik konstruksjon? Slik jeg har forstått dette, så blir terapeuten selv det viktigste virkemiddelet i terapeutiske arbeid. Våre ideer, verdier, livsverdener og epistemologiske posisjonering blir da den sentrale kilden når terapioppgaven skal fylles.

1.1 Bakgrunn for valg av tema

Interessen for måten vi som mennesker fyller en rolle på, har fulgt meg i mange år. Mitt erkjennelsesteoretiske ståsted er knyttet til ideer om at vi som mennesker alltid er tilstede med våre egne relasjonelle erfaringer, verdier og anskuelser. Gjennom fire års utdanning som familieterapeut, har jeg fått en innføring i systemisk og sosialkonstruksjonistisk tenkning og forståelse. Parallelt har min personlige prosess og utvikling vært ivaretatt gjennom gruppeveiledning og individuell veiledning. Den systemiske tenkningen søker å forstå mennesker og menneskelige relasjoner sirkulært ut fra relasjoner og kontekst, fremfor en linnear forståelse knyttet til egenskaper ved mennesker og tradisjonelle forklaringsmodeller med fokus på årsak og virkning. Et feste i systemisk tenkning, inngir at det nærmeste vi kommer virkeligheten, er våre tanker, fortellinger og forestillinger om den (Jensen & Aspelien, 2009). Sosialkonstruksjonisme er knyttet til ideer om at det vi betrakter som virkelighet, i stor grad er avhengig av hvilket rasjonale vi baserer vår tenkning på. Dette rasjonale kan igjen anses å være knyttet til de sosiale relasjoner vi er en del av (Gergen, 2009).

Den narrative metafor antyder at mennesker lever livet i henhold til fortellinger, at disse konstruerer vår forståelse, og at de har reelle virkninger på menneskers liv. På mange måter kan narrativer forstås som livets struktur (White & Lindegård Henriksen, 2006). Nelson Goodman³ beskriver sosialkonstruksjonistiske ideer på denne måten:

¹ Harlene Anderson, psykolog og familieterapeut (Forelesning i Drammen 18.03.14)

² Tom Andersen (1936-2007), psykiater (Andersen, Bøgeskov, & Thomsen, 2005)

³ Nelson Goodman (1906-1998), amerikansk filosof (Goodman, 1978)

”Hvis jeg spør deg om verden, så kan du tilby fortellinger om hvordan den er i henhold til en eller flere referanserammer; men hvis jeg insisterer på at du forteller meg hvordan den er, sett bort fra aller rammer, hva kan du da si?
(Goodman, 1978)

Slik jeg forstår White, så er ikke sosialkonstruksjonistiske ideer knyttet til at det ikke er noe som eksisterer, eller at det ikke finnes noen virkelighet. Det avgjørende poeng er at når mennesker definerer noe som virkelig, så vil det alltid være forbundet med en referanse til en eller annen tradisjon for hvordan mening dannes (White & Lindegård Henriksen, 2006). Jensen hevder at narrative som forbinder terapeuters personlige og private liv og deres terapeutiske praksis lenge har blitt gitt liten oppmerksomhet i familieterapifeltet i Norge. Han anser at dette kan ha en sammenheng med evidensbasert metodes økende oppslutning i samfunnet, og den terapeutrollen denne fremmer (Jensen, 2008). I motsetning til evidensbaserte metoder, der selve metodene regnes som den virksomme faktoren, vil et systemisk og sosialkonstruksjonistisk grunnsyn forfekte at terapeuten ikke kan ha en rolle utenfor familiesystemet (ibid). En slik tilnærming til terapi vil hevde at det ikke finnes noen observatørposisjon, men at vi alle er deltakere. Jeg har derfor vært opptatt av å utforske terapeuters fortellinger om det å bruke seg selv i terapi. Terapeuter kan ikke velge å være en del av systemet eller ikke. Spørsmålet blir i hvilken grad man er oppmerksom på det.

”According to systems theory, therapists are unavoidably part of the treatment situation, both as therapist (change agents) and as themselves. They do not choose to be in or out, they can only choose to be aware or not”
(Baldwin, 2013)

I boken ”The Great Psychotherapy Debate” hevder Wampold at forskning gjennom de siste 30 år, på hva som er virksomme terapeutiske metoder indikerer at det er liten, eller ingen forskjell mellom terapiformer (Wampold, 2001). Dette fenomenet omtales som ”The Dodo Bird Verdict”, og er hentet fra eventyret ”Alice in Wonderland” (Carroll, 1990). Denne metaforen anvendes for å tydeliggjøre at alle terapeutiske metoder har vunnet, og at alle fortjener priser (Wampold, 2001). De amerikanske familieterapeutene Duncan, Miller, Hubble og Wampold presenterer i sin bok ”The

Heart and Soul of Change”, fire fellesfaktorer med bakgrunn i meta-analyser av forskning på effekt i terapi:

Utenomterapeutiske variabler 40%

Den terapeutiske relasjonen 30%

Håp, forventning og placebo 15%

Modell eller teknikk 15%

(Duncan, 2010)

Disse funnene indikerer at den terapeutiske relasjonen er avgjørende for utfallet av terapi. Sosialkonstruksjonistiske ideer forfekter at det vi konstruerer forståelse av virkelighet med anknytning til våre sosiale relasjoner, og de forståelsesrammene som ligger implisitt i disse (Gergen, 2009). I arbeid og i livet generelt bærer jeg til enhver tid med meg min egen konstitusjon, i form av relasjonelle erfaringer, verdier og anskuelser, og i dette en rekke narrativer om meg selv og verden. Hans Georg Gadamer hevder at vi ikke kan trå over vår egen skygge (Gadamer & Holm-Hansen, 2010). Han foreslår en forståelse av mennesket som knyttet i en kontinuerlig linje med deres fortid, tradisjoner og familiære bakgrunn (ibid). I tråd med min epistemologiske posisjonering knyttet til sosialkonstruksjonistisk forståelse av menneskelig samhandling, og erkjennelsen av at mening skapes og forhandles frem i relasjon, har min interesser for å finne mer ut av terapeuters opplevelser av og fortellinger om det å bruke seg selv i terapi, vokst frem.

1.2 Prosjektpresentasjon

Denne oppgaven er en kvalitativ studie av familieterapeuters narrativer om det å bruke seg selv i terapi. For å belyse dette temaet har jeg gjennomført intervjuer med fire informanter. To av informantene arbeider som familieveiledere innen kommunale forebyggende familietiltak. En informant arbeider som mellomleder på en barnevernsinstitusjon, og en arbeider som privatpraktiserende parterapeut og familieveileder. Ved bruk av Grounded Theory har materialet blitt kodet og analysert, og siden drøftet opp mot teori knyttet til terapifeltet. Temaet for oppgaven er terapeuters opplevelse av hvordan de som mennesker bruker seg selv i terapeutisk arbeid med familier, og problemstillingen ble til å begynne med formet slik;

”På hvilken måte opplever terapeuten at hun anvender sine egne relasjonelle erfaringer og personlige egenskaper i terapi?”.

Tre av informantene har ”familieveileder” som stillingsbeskrivelse, mens en har avdelingsleder som tittel. Sistnevnte har ved siden av sin lederrolle, ansvar for å veilede foreldre og kollegaer. Denne oppgaven er basert på informantenes rolle som familieterapeuter, og at de anser den systemiske tilnærmingen samt ulike familieterapeutiske teknikker og metoder, som sentralt i sitt arbeid.

Sentrale begreper knyttet til problemstillingen vil bli redegjort for i under punkt 1.4, i dette kapittelet.

1.3 Forskningsspørsmål

Som nevnt innledningsvis er jeg interessert i å utforske terapeuters narrativer om seg selv som person, og deres profesjonelle praksis. Vår egen erfaringsbakgrunn gir oss noen forforståelser og referanserammer, som gjør at noe, fremfor noe annet, fremstår som informasjon for oss. Det jeg ønsker å utforske nærmere er følgende:

- Hvilke fortellinger har terapeuter om det å bruke seg selv?
- På hvilken måte beskriver terapeuter at de som personer kommer til syne i terapirommet.
- Hvilken fortellinger har de om integrasjonsprosessene knyttet til fag og person?
- Finnes det en sammenheng mellom terapeutenes fortellinger om seg selv, og deres valg av metodisk tilnærming?

1.4 Sentrale begreper

1.4.1 Sosialkonstruksjonisme og sosialkonstruktivisme

Sosialkonstruksjonisme og sosialkonstruktivisme har som begreper et felles utspring, men skiller seg fra hverandre når det kommer til forståelse av menneskets meningsdannelse og forståelse av selvet (Gergen, 2009). Konstruktivisme har i det vesentligste fokusert på hvordan verden konstrueres eller fortolkes av individuelle

bevisstheter. Mens konstruktivister tenderer å lokalisere meningsdannelse i den individuelle bevissthet, er konstruksjonister opptatt av at meningsdannelse finner sted i relasjoner (ibid). Sosialkonstruksjonisme vil derfor være det anvendte begrepet i denne oppgaven, da det i større grad er i tråd med min epistemologiske posisjonering som forsker og terapeut. Sosialkonstruksjonisme vil bli grundig redegjort for i oppgavens teorikapittel.

1.4.2 Systemisk forståelse og sentrale begreper

En systemisk forståelse av menneskelige relasjoner blir ofte knyttet til utviklingen av familieterapi i 1970-årene. Dette betegnes ofte som et paradigme, idet man beveget seg fra en tenkning preget av linnear årsak-virkning tenkning, til en *sirkulær* forståelse av menneskelig samhandling. Systemisk familieterapi som metodisk tilnærming, fokuserer på en forståelse av problemer som knyttet til systemer, relasjoner og kommunikasjon (Jensen & Ulleberg, 2011).

Kontekst og punktuering

Kontekst som begrep er knyttet til ideer om en psykologiske forståelsesramme eller vår personlige observasjonsramme (Jensen & Ulleberg, 2011). Konteksten betegner dermed den kommunikasjonsmessige, meningsbærende rammen som vi forstår fenomener innenfor, og som vi støtter oss til når vi skal tolke det vi ser (ibid). Når vi i samhandling med andre stopper opp ved en informasjon, og tildeler den en språklig betegnelse eller mening, så gjør vi en *punktuering* (Jensen & Aspelien, 2009).

Kart og terreng

Begrepene kart og terreng er knyttet til ideer fremmet av filosofen Immanuel Kant⁴. I sitt verk "Kritikk av den rene fornuft", understreker han forskjellen på "*tingen slik den er*" og "*tingen slik den fremstår for meg*" (Kant, 2005). På denne måten poengteres at det eneste vi kan vite om et fenomen, er de ideene vi har om fenomenet (Jensen & Aspelien, 2009). De forestillinger vi har om virkelighet, som kan betegnes som kartet, anses derfor ikke å være identisk med virkeligheten, eller terrenget (ibid).

⁴ Immanuel Kant (1724-1804), tysk filosof (Kant, 2005)

Symmetrisk og komplementære relasjoner

Paul Watzlawick⁵ peker på to typer av interaksjon mellom mennesker, symmetriske relasjoner og komplementære relasjoner (Watzlawick et al., 1967). I *symmetrisk* samhandling punktuerer deltakerne på likhet, og deltakerne forsøker å ligne på hverandre. I en relasjon preget av *komplementær* samhandling, punktuerer deltakerne på ulikhet, og forsøker å utfylle hverandre (ibid).

1.4.3 Selvet

Å bruke begrepet ”selvet” i en sosialkonstruksjonistisk kontekst er potensielt problematisk, da det kan henvise til en essensialistisk epistemologi, som fremstiller menneskets selv som en fast medfødt personlighetsstruktur. Forfattere, filosofer, og psykologer har gjennom flere epoker beskjeftiget seg med selvet som tema. I førmoderne tider ble ideen om selvet implisitt plassert innenfor konseptet ”sjel”. Sjelen ble ansett som det vitale, immaterielle, livsprinsipp eller ”essensen” av mennesket (Roccatagliata, 1986)

Jeg vil i denne oppgaven definere begrepet ut fra sosialkonstruksjonistiske ideer om selvet som en konstitusjonell størrelse. Et konstitusjonelt perspektiv på selvet inngir at menneskers forståelse konstrueres ut fra den mening det enkelte menneske tilskriver sine erfaringer (White & Lindegård Henriksen, 2006). Erfaringer er ikke i seg selv gitt en mening, men som mennesker er det vi som tilskriver disse erfaringene ulike former for mening. Gjennom våre erfaringer innenfor sosiale rammer, språklig spill og relasjonell praksis formes forståelser, narrativer, om oss selv (ibid). Wittgenstein betegner disse spektrere av relasjoner for livsformer, der handlinger og språk utgjør et språkspill, med gitte implisitte rammer for meningsdannelse (Wittgenstein, 1953). Gergen støtter seg til Wittgenstein når han anser det som nyttig å anse menneskelige konstruksjoner som innleiret i slike livsformer (Gergen, 2009). Erfaringene vi har fra de livsformene vi er i, eller har vært en del av, kan anses å være med oss i alle menneskelige relasjoner, også i våre profesjonelle roller.

⁵ Paul Watzlawick(1921-2007), psykolog, kommunikasjonsteoretiker og filosof (Watzlawick, Jackson, & Bavelas, 1967).

1.4.4 Narrativ

Innholdet i *narrativ* som begrep er avhengig av konteksten ordet benyttes i. Som substantiv betyr det fortelling, mens som adverb betyr det fortellende. I en familieterapeutisk kontekst forstås ordet narrativ som den mening som tillegges opplevelser, gjennom gjengivelsen av erfaringen. Et narrativ vil i denne oppgaven bli knyttet til Jerome Bruners⁶ ideer om at menneskers mening alltid er formulert i narrativer, beretninger og historier. Bruner hevder at mennesker når de skal forstå kulturelle fenomener ikke forholder seg til verden begivenhet for begivenhet, eller til tekst setning for setning. Mennesker setter begivenheter og setninger inn i større strukturelle sammenhenger. Disse større strukturelle sammenhengene bringer til veie en tolkningstekst for de bestanddelene innbefatter (Bruner, 1999). Narrativ teori vil bli ytterligere redegjort for i oppgavens teorikapittel.

1.4.5 Terapi

Det finnes mange ulike terapeutiske retninger og utdannelser i Norge i dag. Begrepet terapeut er også svært utbredt som beskrivelse av ulike faglige roller, som miljøterapeut, familieterapeut, gestaltterapeut, og parterapeut. Hva som defineres som *terapi*, må derfor kontekstualiseres i den enkelte profesjonelles faglige bakgrunn, de oppgavene arbeidsplassen er satt til å løse, og de epistemologiske⁷ føringene som ligger i implisitt i disse.

Terapi i en familieterapeutisk kontekst kan betegnes på ulike måter, og forestillingene om hva terapi er, kan anses å være knyttet til hvilke ideer den enkelte terapeut har om hvordan problemer oppstår og hvordan de kan løses. Språkfilosofen Wittgenstein peker på at det ikke finnes en klar og påviselig forbindelse mellom ordet “smerte” og smertetilstanden i et menneske (Wittgenstein, 1953). Gjennom dette viser han til at språkets betydning må sees i sammenheng med hvordan det anvendes. Begrepet “terapi” har forbindelseslinjer til andre ord som sjel, kommunikasjon og barndom, og når disse ordene brukes sammen, på bestemte måter som har blitt vanlige, tar vi i bruk

⁶ Jerome Bruner, amerikansk psykolog (Bruner, 1999)

⁷ Epistemologi kan defineres som måten vi erkjenner verden på, hvordan vi tenker, forstår og handler, og dermed tillegger verden mening. Epistemologi eksisterer også som filosofisk disiplin, og beskjeftiger seg med å redegjøre for menneskets, og særlig vitenskapens, typiske tankestrukturer og erkjennelsesmåter (Ølgaard, 2004).

et språkspill (Øfsti, 2010).

Øfsti viser til at meningen med terapi ikke har ligget klar til bruk, som om betydningen av ordet var gitt, men at vi over tid har utviklet det som kan kalles et terapispørkspill via praksis, forskning og undervisning, som har tillagt ordet mening (Øfsti, 2010). Språkspillet utvikles i forskjellige språkfellesskap som skapes i ulike faglige kontekster (ibid). Terapi vil derfor i denne oppgaven ikke kunne defineres på en entydig måte, men må anses å være forankret i den enkelte informants faglige kontekst eller språkfellesskap. Dette vil utdypes nærmere i oppgavens drøftingsdel.

1.4.6 Klient

Jeg har valgt å bruke begrepet *klient* om de menneskene som informantene arbeider med. Dette for å enkelt tydeliggjøre de ulike rollene, og for å unngå å skape forvirring i teksten.

1.5 Oppbygging av oppgaven

I kapittel 1 vil jeg gjøre rede for mitt tema og bakgrunnen for valg av tema. Jeg vil presentere forskningsspørsmålene, forklare min forståelse av sentrale begreper, samt gi en beskrivelse av konteksten som informantene befinner seg i.

I kapittel 2 vil mitt vitenskapsfilosofiske ståsted bli tydeliggjort. Jeg vil her vise til forskning jeg vurderer som relevant for mitt prosjekt, og begrunne studiens relevans for praksis og faglitteratur.

Kapittel 3 inneholder en presentasjon av Grounded Theory som metode. Jeg vil her begrunne mitt valg av metode og jeg vil forklare hvordan jeg har anvendt metoden i dette prosjektet. Jeg vil her også redegjøre for de etiske dilemmaer og refleksjoner jeg har møtt underveis i arbeidet.

Kapittel 4 inneholder presentasjon av analysen, kategoriutvikling og kategoriunderbygging.

I kapittel 5 vil jeg gjøre rede for teoretiske perspektiver som understøtter betydningen av dette prosjektets tema, og som er utgangspunktet for drøftingsdelen av oppgaven.

Kapittel 6 innbefatter drøfting av kategoriene jeg har utarbeidet, opp mot teorien presentert i kapittel 5.

Kapittel 7 er viet en oppsummering av forskningsprosessen og forskningsfunn. Jeg vil også her gi rom for mine vurderinger av mangler ved prosjektet, samt redegjøre for temaer som kan anses som interessante for videre forskning.

2. EGET VITENKAPSFILOSOFISKE STÅSTED

2.1 Min vitenskapsfilosofiske forankring

Forskerens vitenskapsteoretiske forankring har betydning for hva vedkommende søker informasjon om, og danner et utgangspunkt for den forståelsen som konstrueres. Som forsker vil mitt vitenskapsfilosofiske grunnsyn ha en stor påvirkningskraft på min oppfatning og gjennomføring av forskningsprosjektet, det er derfor viktig å redegjøre for dette.

Jeg har arbeidet som barnevernvernspedagog i 16 år. Mesteparten av mitt profesjonelle virke har funnet sted innenfor ulike deler av barnevernsfeltet. Barnevernet som samfunnsaktør kan anses å være plassert innenfor en modernistisk tradisjon, og befinner seg i skjæringspunktet mellom pedagogikk, sosialt arbeid, psykologi, psykiatri, jus, filosofi og politikk (2000:12, 2000). Disse ulike faglige og teoretiske perspektivene, har vært utgangspunktet for mitt faglige arbeid og min yrkesforståelse. Da jeg senere utdannet meg som familieterapeut, ble jeg introdusert for begreper som på mange måter endret min forståelse av min rolle som hjelper, og min holdning til kunnskap og kunnskapsutvikling.

Jeg har i de siste fem årene gjort meg kjent med teoretiske perspektiver som har nær tilknytning til et poststrukturelt vitenskapssyn. Sentralt i et poststrukturelt vitenskapssyn, er begrepene konstruktivisme og sosialkonstruksjonisme. Begrepene brukes ofte om hverandre, og det er ingen tydelige definisjoner for hvordan begrepene

skal brukes (Gergen, 1997) Gergen definerer konstruktivistiske strømninger som knyttet til ideer om hvordan verden tolkes av individuelle bevisstheter. Det sentrale i konstruktivismen anses å være basert på måten det enkelte handlende individ tillegger virkeligheten mening (Gergen, 2009). Mens konstruktivister tenderer mot å lokalisere meningsdannelse i den individuelle bevissthet, definerer konstruksjonister meningsdannelse som et relasjonelt fenomen (Gergen, 2009).

Jeg vil i dette prosjektet anvende begrepet sosialkonstruksjonisme, da forestillingen som kunnskapsproduksjon som en relasjonell prosess står sentralt i oppgaven. Noen av sosialkonstruksjonismens sentrale teoretikere er Peter Berger og Thomas Luckmann. I 1966 presenterte de sin bok ”The Social Construction of Reality” (Berger & Luckmann, 1966). Berger og Luckmann knytter sine samfunnsvitenskapelige ideer opp mot en forståelse av at menneskets anskuelser kan spores tilbake til den private sosiale sfære de er en del av (ibid). Disse sosiale sfærene betegnes som plausible strukturer, og kjennetegnes av konseptuelle forståelser av verden og rasjonelle underbygginger av disse forståelsene (ibid). Disse ideene synliggjør den samskapingen som foregår mellom forsker og informant, og tydeliggjør ideen om at vår språkhandlinger er bundet i relasjoner, og at våre relasjoner er bundet i bredere praksismønstre (Gergen, 2009).

Disse retningene henter inspirasjon fra teoretikere som Jacques Derrida⁸ og Michel Foucault⁹. Deres bidrag til å utvikle kritiske perspektiver knyttet til språk og meningsdannelse, anses som sentralt i postmoderne tenkning og sosialkonstruksjonistisk teori. De anskueliggjør på denne måten hvordan mening ikke bare skapes ved hjelp av språket, men at språket også brukes til å konstruere riktige og mindre riktige meninger, sannheter og ideer i samfunnet (Gergen, 2009). Foucault utvider ideene om virkeligheten som en samfunnskapt konstruksjon, og retter søkelyset mot maktutøvelsen som er knyttet til de dominerende diskursene i et samfunn (Foucault, 2001). Foucault anser ikke makt som verken positivt eller negativt, men som produktiv. Han understreker at ingen makt er total, da ingen beskrivelser er total (ibid). Derrida’s skrifter betegnes ofte som dekonstruksjonistiske, i det de hevder at rasjonelle argumenter er reduksjonistiske i sin karakter, og at dette

⁸ Jacques Derrida (1930-2004). Fransk filosof og forfatter (Peeters & Brown, 2013)

⁹ Michel Foucault (1926-1984). Fransk filosof og idehistoriker (Miller, 1993)

medfører en undertrykkelse av ulike fortolkningsmuligheter (Derrida & Gundersen, 2006). Videre argumentere Derrida for at fornuftens rasjonale vil bryte sammen ved nærmere undersøkelse (ibid). Diskursbegrepet kan forstås som at hvem vi er, og hvordan vi forstår oss selv og verden, er avhengig av omstendighetene vi befinner oss i, og de diskursene som er tilgjengelig i den konteksten vi befinner oss i (Davies & HarrÉ, 1990). For at diskursbegrepet skal bli meningsfullt, forutsetter det en forståelse av språk som konstituerende for vår forståelse av verden og sosialt liv (Øfsti, 2010). Dette viser til Wittgensteins ideer om språk som konstituerende for forståelse av virkeligheten, og ikke som et eksakt avtrykk av virkeligheten (Wittgenstein, 1953).

En sosialkonstruksjonistisk vitenskapelig tilnærming tar avstand fra fastlagte språkliggjorte meninger om verden, og fokuserer i stedet på språkets konstituerende funksjon knyttet til deskriptive nyanser, forskjeller og paradokser. Den representerer en bevegelse fra en modernistisk søken etter sann og ekte mening, til meningsdannelse som relasjonelt betinget og konstruert (Kvale, Brinkmann, & Torhell, 2009). Mine anskuelser knyttet til at terapeuters narrativer har betydning for terapeutisk arbeid, har sammenheng med min forståelse av at mening er konstruert og relasjonelt.

2.1 Forskning på feltet

Forskning innenfor psykoterapifeltet har ført til en anerkjennelse av relasjon som en sentral faktor med henblikk på terapeutisk endringsarbeid (Duncan, 2010). Ut fra et slikt perspektiv kan det anses som sentralt å forsøke å utvide forståelsen av hva hvilke ideer terapeuter har knyttet til det å bruke seg selv i terapeutiske relasjoner.

I familieterapifeltet i Norge har doktorgradsarbeidet til professor Per Jensen, "The Narratives Which Connect", inspirert flere til å forske på terapeutiske relasjoner. I dette arbeidet beskriver Jensen forskningsfunn som peker på forbindelseslinjer mellom terapeuters liv og arbeid. Han fant blant annet at terapeuters personlige og moralske verdier influerer terapeutisk arbeid, men at disse forbindelsene ofte ikke er tydelige for terapeuten selv (Jensen, 2008). Jeg anser mitt prosjekt som relevant, med hensyn til å utvide forståelsen av terapeuters narrativer om det å bruke seg selv. Jensens doktorgradsarbeid vil bli ytterligere redegjort for i oppgavens teorikapittel.

Med hensyn til publisert materiale så har jeg funnet i underkant av tretti norskspråklige titler som på en eller annen måte behandler temaer knyttet til terapeutens rolle i veiledning og terapeutisk arbeid. Ulike vinklinger blir behandlet i disse publikasjonene, som relasjonell kompetanse, terapeuters deling av egne historier eller narrativer, terapeuters personlige signatur, og subjektivitet i metodevalg, for å nevne noen. Jeg har ikke funnet masteroppgaver som retter seg mot terapeuters fortellinger knyttet til det å bruke seg selv i terapi.

Jeg har i min utforskning av disse publikasjonene spesielt festet meg ved Anja Bjørøys utforskning av terapeuters refleksjoner om livssyns' innflytelse på hvilke spørsmål som stilles i terapi, ut fra et narrativt perspektiv. Hun fant at terapeutens livssyn er forbundet med narrativ tilnærming som foretrukket terapeutisk metode, at terapeutens livssyn har innflytelse på valg av spørsmål i narrativ terapi, og at terapeuten anerkjenner personens livssyn som vesentlig og lytter etter muligheter for livssynsutforskning (Bjørøy, 2012). Alicja Olkowska har studert terapeuters personlige historier og erfaringer, og hevder at en sentral x-faktor i terapeutisk arbeid er terapeutens deling av personlige fortellinger i terapi (Olkowska & Høgskolen i Oslo og Akershus . Institutt for sosialfag, 2012).

Det finnes flere relevante studier som jeg av plasshensyn ikke kommer til å nevne i denne oppgaven, men som har gitt meg relevante innspill med hensyn til ulike aspekter knyttet til terapeutens rolle i terapirommet.

2.2 Problemstillingens relevans for fagfeltet

Jeg har snakket med venner og bekjente med erfaring fra terapi, om hvordan de har opplevd relasjonen til terapeuten. De forteller da ofte om terapeuter som har en tilstedeværelse i øyeblikket og som lytter til det som fortelles, at de er modige når de stiller spørsmål, og at de bringer inn nye perspektiver i dialogen. At en god relasjon mellom terapeut og klient er sentralt i terapeutisk arbeid, har vært kjent i klinisk praksis i en årrekke. Allerede i 1936 presenterte den amerikanske psykologen Saul Rosenzweig¹⁰ de første kjente ideene om fellesfaktorer i terapi gjennom sin bok

¹⁰ Saul Rosenzweig (1907-2004), amerikansk psykolog og terapeut (Rosenzweig, 1936)

”Some Implicit Common Factors in Diverse Methods of Psychotherapy”(Rosenzweig, 1936).

Terapifeltet fremstår for meg som et sammensatt, og tildels uoversiktlig felt. Det finnes en rekke ulike terapeutiske utdanninger og terapeutiske retninger både i Norge, og ellers i verden. Tittelen ”*psykoterapeut*” og ”*familieterapeut*” er heller ikke beskyttede titler, og kan derfor romme en rekke ulike metodologiske og epistemologiske ståsteder. Da Duncan, Wampold, Miller og Hubble foretok sin sammenstilling og meta-analyse av undersøkelser foretatt for å finne ut mer om hva som er virksomt i terapi, begrenset de seg ikke til bare psykologer. De samlet undersøkelser fra flere ulike terapeutiske retninger, og fant da at gode terapeuter, på tvers av faglig bakgrunn, har mer til felles enn det som skiller dem (Duncan, 2010).

Ytterligere perspektiver bringes stadig inn i den offentlige dialogen vedrørende relasjonsperspektivet som tema. Psykolog Pål Gunnar Ulvenes¹¹ publiserte i 2013 en studie basert på analyser av samspill mellom pasient og terapeut i nesten 1000 terapisesjoner for å sette søkelys på hva som fremmer og hemmer endring, i tråd med den tidligere forskningen på fellesfaktorene (Ulvenes & Universitetet i Oslo . Psykologisk institutt, 2013). Pasientene mottok behandling i form av kognitiv terapi og dynamisk korttidsterapi, to svært ulike terapiformer. Et av Ulvenes resonnementer er at ulike terapiformer krever ulike former for bånd mellom terapeut og klient. Med dette hevder han at båndet mellom terapeut og klient i en kognitivt rettet terapiform er mindre inter-relasjonelt utfordrende, enn for eksempel en psykodynamisk terapiform. Han understreker at terapeuter i arbeidet med å skape en god relasjon, ikke må være drevet av behovet for å blir likt. Dersom terapeuten legger en for stor vekt på en god allianse, kan virkningen være en blodfattig og lite effektiv terapi (ibid).

En økende gruppe signifikante skikkelser innenfor psykoterapiforskning har de senere år stilt spørsmålstegn ved anvendeligheten ved det å argumentere for hvorvidt behandlingsmetode eller relasjonen har størst effekt på utfallet av terapi (Rønnestad & Skovholt, 2013). Norcross og Lambert uttrykker at den mest destruktive og uheldige konsekvensen av den falske dikotomien mellom behandling versus relasjon, har vært

¹¹ Pål Gunnar Ulvenes, psykolog og forsker ved Modum Bad (Ulvenes & Universitetet i Oslo . Psykologisk institutt, 2013)

dens polariserende effekt på psykoterapi som disiplin (Norcross & Lambert, 2011). Forfatterne vurderer det som sentralt å påpeke at selve rammene som en metodisk tilnærming gir tilveie, kan sies å medvirke til den relasjonen som skapes. (ibid)

Norcross og Lambert velger like fullt å understreke at en generelt kan si at ”terapeuteffekten” er mye viktigere enn ”metode-effekten”. Som en konsekvens av dette kan man anse at det er vesentlig viktigere hvem terapeuten er, fremfor hvilken metode han eller hun anvender (Rønnestad & Skovholt, 2013).

3. DESIGN OG METODE

I dette kapittelet vil jeg gjøre rede for noen generelle prinsipper for forskning. Jeg har i dette forskningsprosjektet valgt å bruke *Grounded Theory* slik den fremstår i boken ”Constructing Grounded Theory” av Cathy Charmaz (Charmaz, 2006). Bakgrunnen for valg av GT vil bli redegjort for, og min forståelse av metoden vil bli presentert. Jeg vil videre beskrive min GT-prosess knyttet til de kvalitative intervjuene, og redegjøre for valgene jeg har tatt underveis. Mine suksessive vurderinger med hensyn til fremgangsmåten, bearbeiding av materialet og etiske betraktninger vil også bli beskrevet.

3.1 Valg av metode og forskningsdesign

Problemstillingen en forsker velger blir retningsgivende for hvilke personer eller situasjoner som kan studeres, hvilke metoder som kan benyttes, og hvordan analysen kan gjennomføres (Thagaard, 2009). Mitt anliggende var å utforske terapeuters opplevelser, tanker, refleksjoner omkring det å bruke seg selv i terapi. Det var derfor avgjørende for meg å finne en kvalitativ metodisk tilnærming som kunne belyse dette temaet på en best mulig måte. Kvalitative forskningsintervjuer søker å forstå verden slik den fremstår for informanten, og er velegnet når man ønsker å gå i dybden på et tema. Målet med et kvalitativt forskningsintervju er å få frem betydningen av informantenes erfaringer, og å få et bilde av deres opplevelse av verden, fremfor å vitenskapelig forklare fenomener (Kvale et al., 2009).

Med utgangspunkt i en systemisk og sosialkonstruksjonistisk grunnforståelse, var det sentralt for meg å finne en metodisk tilnærming som hadde fokus på å kunne integrere mine subjektive valg og vurderinger i forskningsforløpet. Jeg ønsket å bruke en metode som kunne gi et godt rammeverk for å skape mening av samtalene med informantene, samt ivareta idealene i min faglige og filosofiske forankring. GT regnes som spesielt velegnet når temaet forskningsprosjektet omhandler ikke tidligere er forsket mye på, og det er behov for å utvikle ny teori. Mitt tema kan ikke regnes som et område som har blitt utsatt for ekstensiv forskning, og jeg anså derfor metoden som spesielt velegnet til mitt prosjekt (Jensen, 2008).

En annen fordel med GT er at analyseprosessen følger suksessivt i intervjuperioden. På denne måten dannes en struktur som medfører at man som forsker holdes involvert i analyseprosessen gjennom intervjufasen. Man holdes i en pågående refleksjonsprosess over temaene man oppdager i intervjuene, og kan på denne måten bruke sin egen nysgjerrighet for å finne hvilke retning man ønsker å gå i neste intervju, og hvilken informant man skal velge. Prosessen som ligger i GT gjør at man blir værende i analysen, gjennom at koding av intervjuer gjøres mellom hvert intervju, og at man kan lage en ny intervjumal til hvert enkelt intervju. På denne måten holdes prosessen levende og dynamisk, og man har muligheten til å få fyldigere data som besvarer forskningsspørsmålet i dybden og bredden (Charmaz, 2006). Trinnene i en GT prosess vil bli redegjort for senere i kapitlet.

Jeg hadde tidlig i prosessen klare tanker om at jeg ønsket å gjennomføre kvalitative intervjuer, med bakgrunn i at jeg anså at temaet mitt ville bli best belyst gjennom en slik tilnærming. Den dynamiske tilnærmingen i et kvalitativt intervju tiltalte meg, og jeg hadde et ønske om at intervjuet skulle ha en samtaleform preget av dialog mer enn intervju. Rammene som et forskningsintervju inngir gjør likevel at jeg som forsker suksessivt kan stoppe opp ved temaer jeg blir opptatt av, samt gå ut av temaer jeg vurderer som irrelevante. Fremfor en innhenting av informantens beskrivelser, gir denne formen mulighet for en samskaping der nye refleksjoner og beskrivelser blir til. Denne formen er også i tråd med et sosialkonstruksjonistisk grunnsyn. Med bakgrunn i min erfaringsbakgrunn som mangeårig sosialarbeider og terapeut, tok jeg utgangspunkt i at jeg hadde tilstrekkelig kompetanse til å kunne utføre intervjuene på en måte som ivaretok de faglige og etiske prinsippene som ligger implisitt i et

kvalitativt forskningsintervju. Jeg hadde også et ønske om å kunne endre intervjuguiden min, i tråd med temaene som kom til syne i samtalene med informantene, fremfor å stille alle informantene de eksakt samme spørsmålene. Denne muligheten fantes i metodikken til GT.

Kvalitativ forskningsmetode var også mest aktuell fordi jeg ønsket å utforske informantenes forståelser og opplevelser av seg selv i terapeutrollen. Jeg anså ikke kvantitativ metode som egnet som forskningsmetode i mitt prosjekt. Jeg vil derfor ikke presentere kvantitativ metode ytterligere i metodekapittelet.

GT omfavner de sentrale begrepene i systemisk tenkning som omhandler sirkularitet, kontekst og punktuering, ved at det rettes spesielt fokus på interaksjonen og samskapingen mellom forsker og informant. En systemisk grunnforståelse vil inngi at det nærmeste vi kommer virkeligheten, er våre tanker, bilder, og ideer og om virkeligheten (Jensen & Aspelien, 2009).

3.1.1 Hvilke metoder har jeg valgt bort, og hvorfor?

Dallos og Vetere grupperer kvalitative metoder i fem kategorier. Kategoriene er interpretativ temaanalyse, diskursanalyse, narrativ analyse, kvalitativ observasjon og case-studier (Dallos & Vetere, 2005). Interpretativ analyses to hovedmetoder er grounded theory (GT) og interpretativ fenomenologisk analyse (IPA) (ibid).

Temaet for denne oppgaven kunne ha blitt utforsket også med andre kvalitative metodiske tilnærminger. Både IPA og diskursanalyse kunne ha vært anvendt. Dersom mitt hovedanliggende hadde vært rettet mot å finne dominerende diskurser relevante for mitt tema, så hadde diskursanalyse vært en passende metode. IPA kunne også vært en fullt brukbar metode for mitt prosjekt. Rammeverket som GT tilbyr var avgjørende for at valget falt på denne metoden. Mitt hovedanliggende i dette prosjektet har vært å utforske informantenes anskuelser, for å søke å finne mer ut av deres refleksjoner omkring seg selv i terapeutrollen. Jeg anså derfor GT som velegnet for mitt forskningsprosjekt.

3.2 Presentasjon av Grounded Theory

Grounded Theory (GT) ble utviklet ved Chicago School of Sociology av sosiologene Barney G. Glaser og Anselm L. Strauss. I boken ”The Discovery of Grounded Theory” fra 1967, beskrev Glaser og Strauss for første gang strategiene for bruk av GT (Glaser & Strauss, 1967). Metoden ble utviklet på 60-tallet da sosiologene forsket på døende pasienter på sykehus. De forfektet det å utvikle teori gjennom forskning fundert i data. Motsatsen til denne tilnærmingen hadde vært å fastslå verifiserbare hypoteser fra eksisterende teori. Med denne holdningen til teoriutvikling, gikk Glaser og Strauss imot de dominerende metodiske forestillingene i sin samtid, og dennes epistemologiske grunnsyn (Charmaz, 2006). I denne konteksten, på midten av 60-tallet, var kvalitativ metode i ferd med å tape terreng. Den lange tradisjonen med kvalitativ metode i sosiologien bleknet, og sofistikerte kvantitative metoder vant dominans i USA (ibid). I vesten var 60-tallet preget av en brytningstid der det ble stilt spørsmålsteget ved maktstrukturer og dominerende ideer på mange ulike samfunnsnivå og i store deler av verden. Dette fikk også konsekvenser for arbeid med vitenskapelige spørsmål, og det ble i akademiske miljøer stilt spørsmålsteget ved positivistisk orientert forskning og eksisterende forståelser av teori.

Siden Glaser og Strauss presenterte metoden, har den utviklet seg for bruk i ulike land, med ulike disipliner og til ulike forskningsspørsmål. Felles for et slikt utgangspunkt er ønsket om å konstruere teori gjennom en systematisk innsamling og analyse av data, ved å ta i bruk induktive i motsetning til deduktive metoder (Dallos & Vetere, 2005). Ved å bryte med tradisjonell forståelse av kvalitativ metode, gikk Glaser og Strauss fra en deduktiv til en induktiv tilnærming. Deduksjon innebærer at en slutningsrekke går fra det generelle til det spesielle, mens induksjon innebærer at slutningsrekken trekkes fra det spesielle til det generelle ved kunnskapsproduksjon (Malterud, 2003).

3.2.1 Steg i GT prosessen

Det er ulike måter å samle inn data på i en GT prosess. Metoden man velger for datainnsamling vil ha en effekt på hvilket fenomen man vil se, på hvilken måte man vil se dem, samt hvor og på hvilket tidspunkt i prosessen de vil komme til syne.

Meningen man tillegger materialet vil også være fundert i metodevalg med hensyn til innsamling av data (Charmaz, 2006).

Intensive kvalitative intervjuer regnes som velegnet ved bruk av GT som metode. Både GT og kvalitative intervju har det til felles at de har åpne spørsmål, samtidig som at prosjektets hovedanliggende er tydeliggjort. Temaet og spørsmålene vil være formulert, samtidig som de vil være under suksessiv utvikling gjennom intervjuet. På denne måten er de plassert i en ramme, samtidig er det uten gitte restriksjoner (Charmaz, 2006).

3.2.2 Memos

Parallelt med datainnsamlingen skal forskeren redegjøre for sine tanker, refleksjoner og resonnementer. Dette gjør det mulig for forskeren å holde øye med sin egen refleksjonsprosess i forbindelse med datainnsamlingen, og Charmaz kaller dette memos. Memos skal være spontane og uformelle, og skrives med analytisk formål (Charmaz, 2006). De skal ivareta refleksjonsprosessen til forskeren, og gi rom for å redegjøre for tanker og refleksjoner omkring intervjuet. Ved å skrive memos suksessivt gjennom forskningsprosessen, holdes forskeren involvert i analysen, og øker abstraksjonsnivået av ideene som vokser frem (ibid). Memos sikrer også at forskeren opprettholder en kritisk holdning til sine vurderinger og resonnementer. Memos kan skrives på ulike måter, og forskeren må finne en form på disse som passer henne (ibid).

3.2.3 Informanter

En sentral faktor i GT er at informanter skal velges ut fra prinsippet om ”Theoretical sampling”. Dette prinsippet innebærer at man med utgangspunkt i materialet, skaper noen tentative ideer om det man ser, og videre utforsker disse ideene gjennom ytterligere empirisk undersøkelse (Charmaz, 2006). De tentative ideene arbeides frem gjennom kodingsprosessen, og ved skriving av memos. På denne måten utforsker man hvilke temaer man har blitt opptatt av i første intervju, og legger det til grunn når neste informant skal velges, og ny intervjuer skal skrives. På denne måten bygges og utvides kunnskapen, og prosjektet tar form og retning. Produksjon av nytt materiale skal videreutvikle det materialet forskeren allerede har, i retning av

variasjon, og samtidig ha en forankring i de utviklede kodene basert på analyse av hvert enkelt intervju (ibid).

3.2.4 Datainnsamling – theoretical sampling

I GT er det ikke gitt ved oppstart hvor mange informanter man skal ha, hvilke informanter, eller en gitt intervjumal. Etter at det første intervjuet er kodet, vil man som forsker ha noen ideer som man ønsker å forfølge. Gjennom dette vil man foreta et valg av neste informant, og en tilpasning av intervjumalen med utgangspunkt i de ideene man ønsker å forfølge videre. Ved at forskeren tidlig blir oppmerksom på, og redegjør for sine tanker og refleksjoner omkring intervjuene kan relevante ideer som bør utprøves i neste intervju utkrystallisere seg. Charmaz kaller denne prosessen for ”theoretical sampling” (Charmaz, 2006). Gjennom theoretical sampling, kan man utforske de teoretiske ideer man har fått gjennom kodingen. Her vektlegges betydningen av å underveis velge informanter som man anser kan tilføre det innsamlede materialet ytterligere perspektiver. Ved en slik tilnærming, vil det bli større variasjon i materialet. At materialet blir mer variert vil i denne sammenhengen si at ulike kvaliteter ved det som studeres blir belyst så mangefasettert og rikt som mulig. Gjennom denne vekselvirkningen mellom produksjon av data, analysering, og variasjon i materialet, skal utviklingen av teori underbygges (ibid).

3.2.5 Metning

Metning (saturation) i GT er begrepet som brukes for å beskrive det tidspunktet i forskningsprosessen der tilstrekkelige sider ved fenomenet er kommet frem. Gjennom theoretical sampling skal forskeren sørge for at hun velger informanter som kan tilføre datainnsamlingen flere aspekter og ytterligere teoretisk innsikt. Charmaz betegner kategoriene som mettet når ny datainnsamling ikke lenger gir nye teoretiske perspektiver, eller gir indikasjoner på nye retninger til prosjektet (Charmaz, 2006).

3.2.6 Kodingsprosessen i GT

Koding er et sentralt begrep i GT. Det finnes ulike nivåer av koding; *initial coding*, *focused coding*, *axial coding* og *theoretical coding*.

”..Coding means categorizing segments or data with a short name that simultaneously summarizes and accounts for each piece of data. Your codes show how you select, separate and sort data to begin an analytic accounting of them..” (Charmaz, 2006)

Initiell koding

Kodingen i GT har flere faser. Den initielle kodingen (initial coding) innebærer at man gjengir informanten gjennom å kode utsagnene linje for linje eller segment for segment. Det anbefales at man bruker verb under kodingen, for på den måten å holde seg til handlingsnivået i materialet. Ved å beskrive handling kan man lettere få øye på prosesser i materialet, og samtidig holde seg til data (Charmaz, 2006).

Kodingsprosessen krever en åpenhet hos forskeren. De initielle kodene skal holdes nær informantens utsagn, de skal holdes enkle, presise og korte. Fokus gjennom denne prosessen skal være på handlingsnivået. Transkripsjonen skal gjennomgås raskt, samtidig som at data skal sammenliknes med data i en parallell prosess (ibid). Gjennom den initielle kodingen foretar man en reduksjon av data, og skaper en meningsfortetting der informantens handling og mening blir synliggjort. Gjennom kodingen kommer forskerens valg til syne, samtidig som at data separeres og sorteres. Med bakgrunn i denne prosessen, kan arbeidet med å analytisk redegjøre for dataene, begynne.

Fokusert koding

Den fokuserte kodingen (focused coding) er en selektiv fase. I denne delen av kodingsprosessen skal forskeren bevege seg fra et deskriptivt nivå, til et mer teoretisk og abstrahert nivå. Forskeren finner først frem til de initielle kodene som vurderes som mest signifikante og hyppigst brukte, det vil si de kodene som best belyser forskningsspørsmålet, og som er gjentakende. I denne prosessen blir det mulig å sortere, raffinere, integrere og organisere store mengder datamateriale. Gjennom den fokuserte kodingen kan forskeren trekke frem, og utvikle de mest fremtredende kategoriene i en stor mengde data (Charmaz, 2006).

Aksial koding

Aksial koding (axial coding) betegner kodingsprosessen der de fokuserte kodene fra alle intervjuene sammenliknes med hverandre. Dette kalles også for krysskoding.

Denne kodingsprosessen er sentral når forskeren skal arbeide frem kategoriene som synliggjør funn i materialet. Forskeren navngir kategorier og plasserer fokuserte koder i ulike tematiske grupper. Denne prosessen gjentas. Gjennom krysskodingen sorteres og reorganiseres store mengder data, ved at man sammenlikner fokuserte koder fra alle transkripsjonene, separerer dem, og samler dem på nytt (Charmaz, 2006).

3.2.7 Kvalitet i GT forskning

I kvantitativ forskning er begrepene reliabilitet og validitet sentrale for å sikre forskningens kvalitet, men representerer også en positivistisk epistemologi. Disse prinsippene er tenkt å sikre at forskningen er replikerbar og troverdig. Reliabilitet viser til spørsmålet om en kritisk vurdering av prosjektet vil gi inntrykk av at forskningen er gjennomført på en pålitelig og tillitsvekkende måte, samt at en annen forsker ville kunne komme frem til de samme resultater (Thagaard, 2009). Ut fra en forskningslogikk basert på et konstruktivistisk ståsted, vil prosessen hvor kvalitative data utvikles i samskaping mellom forsker og informant være sentral (ibid). I kvalitative undersøkelser som denne er det åpenbart at det ikke lar seg gjøre å gjenskape prosessen fullstendig. Det som fremkommer i forskningsprosessen er et resultat av forskerens subjektive fortolkning, et portrett av virkeligheten konstruert av forskeren. Validitetsbegrepet er knyttet til tolkningen av data, og gyldigheten av de fortolkningene som forskeren har gjort (Thagaard, 2009). Thagaard påpeker at validiteten til kvalitativ forskning kan styrkes gjennom ideen om transparens (transparency). Idealet om transparens innebærer at forskeren tydeliggjør grunnlaget for fortolkninger ved å redegjøre for hvordan analysen gir grunnlag for de konklusjoner som fremkommer (ibid). GT som metode er spesielt velegnet ut fra ideen om transparens. GT fordrer at man underveis i prosjektet stopper opp og evaluerer sitt arbeid. Det er sentralt at man redegjør for sine veivalg, og for vurderinger man har tatt underveis. På denne måten kan både forskeren og informantene blir godt synlige i forskningen (Charmaz, 2006).

Det har i tråd med dette vært sentralt for meg gjennom analyseprosessen å opprettholde en kritisk holdning til mine fortolkninger av informantenes utsagn. Dette innebærer at jeg gjentatte ganger har revurdert og revidert min forståelse av disse, og lett etter andre mulige måter å forstå utsagnene på. Det har vært viktig for meg å sørge

for at mine fortolkninger av intervjuene er i tråd med det informantene har sagt. Denne holdningen kan ses i sammenheng med begrepet falsifisering, som dreier seg om å systematisk og kritisk lete etter motstridende bevis og la disse modifisere de generelle ideene man har (Ryen, 2002). Å innta en slik holdning til materialet krever evne til å innta en metaposisjon overfor materialet man har samlet inn. For å abstrahere materialet har jeg lyttet til informantenes utsagn og gjennomlest transkripsjonene gjentatte ganger, for å lete etter språkhandlinger og diskurser knyttet til meningsnivået i materialet (Wittgenstein, 1953).

3.3 Min GT prosess

Mitt forskningsprosjekt tok utgangspunkt i en nysgjerrighet omkring terapeuters opplevelse av å bruke seg selv i rollen som terapeut. Formålet med forskningsprosjektet var å få en økt forståelse for terapeuters ideer om sammenhengen mellom dem som mennesker og rollen som terapeut. Jeg ønsket å søke større innsikt i terapeuters ideer knyttet til det å bruke seg selv i terapi, og i rollen som terapeut.

Intervjuformen jeg valgte var semistrukturert intervju. Denne intervjuformen er blant de vanligste i kvalitativ forskning (Thagaard, 2009). Dette innebar at jeg hadde et visst antall fokusområder innenfor temaet som jeg ønsket å utforske sammen med informanten. Tanken bak dette var å legge noen rammer for et antatt uartikulert tema, som kunne være til hjelp både for informantene, og for meg som forsker. Et semistrukturert intervju er delvis strukturert. Det vil si at intervjuet har form som en dialog, der gangen i samtalen er ledet av forskeren. Ved bruk av denne formen, lager forskeren på forhånd en intervjuguide som regnes som en plan for hvilke temaer som skal gjennomgås i intervjuet. Jeg hadde som mål for intervjuene at de skulle bli så detaljerte og utfyllende som mulig, og at jeg parallelt kunne følge opp interessant tematikk. I avsnittet som følger vil jeg redegjøre for min arbeidsprosess med hensyn til koding og prosessen frem til utvikling av kategoriene. Jeg vil også her synliggjøre de refleksjoner og vurderinger jeg har tatt underveis.

3.3.1 Utvalget i studien

Denne studien retter seg mot terapeuter, og deres fortellinger om det å bruke seg selv i terapi. I GT vil vurderingen omkring metning være avgjørende for mengden av data

som skal innhentes (Charmaz, 2006). Temet for oppgaven, og rammene for mitt prosjekt inngir at en metning ikke ville være realistisk eller mulig. Jeg bestemte meg derfor på forhånd for å intervju fire informanter, og vurderte at dette ville være tilstrekkelig for å belyse noen sentrale aspekter ved tema. Jeg anså at fire informanter ville kunne gi en håndterlig mengde data, med tanke på de implisitte tidsbegrensningene som lå i prosjektet.

Jeg gjorde en geografisk avgrensning når jeg skulle finne informanter, for å begrense tidsbruk. På forhånd hadde jeg ingen begrensninger med hensyn til kjønn, alder, utdanning eller erfaring. Videre hadde jeg et ønske om å intervju informanter som definerte sitt virke som familieterapeutisk arbeid.

3.3.2 Rekruttering av informanter

Jeg har kontaktet informantene mine gjennom mitt faglige og personlige nettverk, og har ikke hatt noen privat relasjon til dem. Jeg henvendte meg til informantene via mail, og via meldingsboks på Facebook. De fikk ved første kontakt kort informasjon om temaet for prosjektet, med forespørsel om de ønsket å være informanter. Videre kontakt med informantene har foregått per mail. Jeg hadde på forhånd forberedt et informasjonsbrev som informantene fikk tilsendt per mail da de takket ja til å delta. Prosjektet ble her nøye presentert, og hadde arbeidstittelen ”På hvilken måte opplever terapeuten at hun anvender sine egne relasjonelle erfaringer og personlige egenskaper i terapi?” (vedlegg 2).

Mitt utvalg av informanter består av fire kvinner mellom 30 og 55 år. To har videreutdanning i familieterapi fra Diakonhjemmet høyskole, en har videreutdanning i familieterapi fra R-BUP, og en er utdannet parterapeut gjennom IMAGO¹². To av informantene jobber med forebyggende barnevernsarbeid, som blant annet innebærer veiledning av familier med barn. En informant har en veileder og lederrolle på en barnevernsinstitusjon, og en arbeider som parterapeut og som familieveileder i familier med tilknytning til barnevernet.

¹² Imago relasjonsterapi ble utviklet av psykologene Harville Hendrix og Helen Hunt på 80-tallet. Sentralt i Imago er det strukturerte dialogen, Imagodialogen (Simon, 2005).

3.3.3 Pilotintervju

Jeg ønsket å sette intervjuguiden på prøve i forkant av det først intervjuet med en reell informant. Intervjuet med pilotinformanten ble forberedt ved at jeg laget en semistrukturert intervjuomal. Pilotintervjuet er gjennomført med en terapeut som arbeider i barne- og ungdomspsykiatrien. Hun er spesialist i psykoterapeutiske samtaler med barn, og har lang erfaring med terapeutiske samtaler. Bakgrunnen for at jeg valgte henne som informant i pilotintervjuet, var min kjennskap til hennes profesjonelle arbeid og hennes refleksjoner omkring terapeutrollen. Jeg anså at hun ville kunne tilføre prosjektet verdifulle aspekter gjennom sine innspill og tanker omkring temaet. Samtidig visste jeg at hun ville kunne gi meg verdifulle tilbakemeldinger på selve intervjuprosessen, og meg i min rolle som forsker. Pilotinformanten gav etter intervjuet tilbakemeldinger om at hun likte temaet for samtalene, og at hun opplevde intervjusituasjonen som komfortabel. Hun påpekte viktigheten av at jeg som forsker holder fast i temaet for dialogen, slik at samtalen ikke flyter ut. Jeg fikk gjennom pilotintervjuet utforsket min rolle som forsker i et kvalitativt intervju, og ble tryggere på at jeg kunne utføre intervjuene på en god måte.

3.3.4 Kontekst for intervjuene

Ordet intervju, kommer fra det franske ordet *entrevue*, og skal anses som en gjensidig utveksling av synspunkter mellom to personer i samtale om et tema som de begge er opptatt av (Kvale et al., 2009). Intervjuet kan ses som en aktiv kunnskapsproduksjonsprosess, der intervjueren og den intervjuede produserer kunnskap sammen (ibid)

Intervjuene med informantene ble forberedt grundig. På det praktiske plan, lagde jeg avtaler med informantene om tid og sted, forberedte båndopptak, og lagde intervjuguide (vedlegg 4). Forberedelsene innebar også at jeg tok i bruk memos for å reflektere omkring erfaringer fra forrige intervju, egen for forståelse, etiske dilemmaer og mine idealer for et godt forskningsintervju. To av intervjuene ble gjennomført hjemme hos informantene, og de to andre ble gjort på deres arbeidsplass. Intervjuene ble alle tatt opp på bånd.

3.3.5 Rekruttering av informanter i tråd med theoretical sampling

På forhånd hadde jeg tiltenkt intervjuene en times varighet. Alle intervjuene ble holdt innenfor denne tidsrammen. Dialogene som oppstod i intervjusituasjonen opplevdes interessant, og til tross for et krevende tema, fremstod informantene som komfortable. Alle fire informanter uttrykte interesse for temaet, og sa at de kunne ha diskuterte og reflektert lenger en rammene for intervjuet. Vi klarte i stor grad å holde oss innenfor temaet, og jeg opplevde at det var god flyt i dialogene.

Informantene hadde på forhånd fått tilsendt intervjumal, og hadde dermed mulighet til å sette seg inn i spørsmålene på forhånd. Jeg tilpasset intervjumalen med mellom fire og fem spørsmål, og det ble laget nye intervjumaler til hvert intervju. Intervjumalen ble utarbeidet ut fra hvilke tentative ideer jeg som forsker fikk i det foregående intervjuet.

I GT skal informantene velges med utgangspunkt i prinsippet om Theoretical sampling. Det innebærer at hvert nye intervju skal ha som siktemål å utvikle materialet i retning av variasjon, samtidig som at det skal ha forankring i de utviklede kodene fundamentert i analysen av hvert enkelt intervju (Charmaz, 2006). Hver informant skal derfor velges ut fra ideer forskeren har fått underveis, og som det er ønskelig å få utfyllende kunnskap om.

I det første intervjuet festet jeg meg ved uttalelser som pekte i retning av at informantens faglige og personlige erfaringer hadde påvirket hennes metodevalg og engasjement med hensyn til finne klienters språk. Jeg fikk gjennom dette noen ideer om subjektivitet i valg av metodisk tilnærming, idet jeg anså informantens personlige erfaringer som knyttet til metodevalg. Informanten uttalte at hun ikke trodde at hun ble noen bedre versjon av seg selv som person som en følge av arbeidet, men at hun antok at hun kanskje snarere kunne vært en bedre utgave av seg selv gjennom annet yrkesvalg. Jeg tolket denne uttalelsen som uttrykk for en type overveldelse over effekten av det terapeutiske arbeidets kompleksitet, på hennes eget liv. Gjennom dette ble jeg minnet om ideene knyttet til forbindelseslinjene mellom det private og det profesjonelle liv, som Per Jensens doktorgradsarbeid omhandler (Jensen, 2008). Jeg ble også minnet på Reichelt og Rønnestad beskrivelser av utfordringene som nyutdannede terapeuter møter (Reichelt & Rønnestad, 2011). Med bakgrunn i disse

resonnementene valgte jeg å intervju en terapeut med noe lenger praksiserfaring og høyere alder. Jeg ville gjennom det andre intervjuet forsøke å få et utvidet bilde av om alder og erfaring påvirker beskrivelsene av forbindelseslinjene mellom det personlige og det private, meningsdannelse knyttet til disse forbindelsene, og beskrivelsene av å bruke seg selv.

Det andre intervjuet gav meg mer informasjon om forbindelseslinjene mellom det personlige og det private liv. Jeg opplevde ikke å få fortellinger om den samme typen overveldeles som i første intervju, selv om denne informanten også beskrev følelser av usikkerhet på kvaliteten ved eget arbeid. Informanten beskrev hvor sentral hennes egen prosess hadde vært i utdanningen, og gav mange beskrivelser av sin forståelse av seg selv i rollen. Hun uttrykte savn av metodisk rammeverk på arbeidsplassen sin.

Jeg valgte den tredje informanten ut fra ideer jeg hadde om at hun kunne tilføre materialet ytterligere bredde med hensyn til fortellinger om å bruke seg selv, om forståelse av ”selv” og forståelse knyttet til betydningen av resonans i familierapeutisk arbeid. Jeg var kjent med at denne informanten har et klart systemisk perspektiv i sitt arbeid, og at hun har en forkjærlighet for betydningen av språk i arbeidet sitt.

Etter intervjuet med den tredje informanten ble jeg opptatt av hennes beskrivelse av å ha tre separate ”selv”, og hennes uttalelser om at den største endringen hos henne gjennom studietiden har vært rent metodisk. Dette var for meg et brudd i forhold til egen forforståelse, og vekket min interesse. Jeg valgte med bakgrunn i dette den fjerde informanten ut fra min kjennskap til at hun er svært opptatt av personlige prosesser gjennom utdanningen, og det å bruke seg selv. Jeg vurderte at det kunne bringe inn noen interessante motsetninger inn i materialet, og synliggjøre subjektivitet i metodevalg.

3.3.6 Bearbeiding og koding av materialet

Jeg transkribert alle intervjuene selv, og opplevde at dette gav meg inspirasjon til å starte på analysen. Det første intervjuet gjorde meg enda mer fokusert på rollen min som forsker. Analyseprosessen startet med at jeg foretok initiell koding og fokusert

koding av første intervju. Kodingen ble foretatt elektronisk ved at jeg lagde tre kolonner i et worddokument. Transkripsjon av intervjuet befant seg i den midterste kolonnen. På venstre side foretok jeg initiell koding ved å kode transkripsjonen linje for linje. Dette var en utfordrende prosess, da jeg stod overfor mange ulike tolkningsmuligheter og viktige valg. I tråd med metoden, skal forskeren frigjøre seg fra informantens opplevelse og oppfatninger, for å muliggjøre abstraksjon av data (Charmaz, 2006). Jeg måtte bevege meg raskt gjennom transkripsjonen, og dermed stole på mine suksessive valg. Jeg opplevde kodingen som svært tidkrevende og omstendelig, og underveis var jeg bekymret for om jeg ville klare å leve opp til metodens idealer.

Etter at jeg hadde foretatt den initielle kodingen, fortsatte jeg med den fokuserte kodingen. Den fokuserte kodingen ble plassert i høyre kolonne i worddokumentet. Den fokuserte kodingen er en selektiv fase. Det innebærer at man tar i bruk de initielle kodene man vurderer som viktigst og mest brukt, for å sortere, foredle, integrere og organisere store mengder materiale. Den fokuserte kodingen setter fingeren på og utvikler de mest fremtredende kategoriene i en stor mengde data (Charmaz, 2006). Etter hvert som jeg hadde gjennomført fokusert koding på alle intervjuene, kunne jeg få øye på flere temaer som gikk igjen i de ulike intervjuene. Den fokuserte kodingen ble gjennomført ved at hvert intervju fikk sin farge, kodene ble nummerert og det hele ble skrevet ut på farget papir. Kodene ble klippet i biter, med en kode på hver bit. Sorteringen foregikk ved at jeg la koder innenfor samme kategori i skåler, der hver skål inneholdt en kategori. Fargene og nummereringen gjorde det mulig å finne frem til riktig intervju, og stedet hvor utsagnet stod. Denne fasen av kodingen førte til at sammenhenger i materialet kom til syne, og jeg begynte å se konturene av kategorier.

Forskningsspørsmålet mitt var formet så vidt at materialet gav en mengde ulike perspektiver på temaet. Ved å sammenlikne de fremvoksende kategoriene, opptak av intervjuene, teori og memos, startet en prosess der det ble mulig for meg å sammenstille materialet. Dette kaller Charmaz for *axial koding*, også kalt krysskoding (Charmaz, 2006). Dette opplevdes som et forgreningspunkt i prosessen hvor jeg kjente på alvoret i forskningsoppdraget, og ønsket mitt om å få frem det jeg vurderte som sentrale aspekter knyttet til forskningsspørsmålet mitt. Det opplevdes som et stort

ansvar å skulle velge, da materialet mitt fremsto som spekket av interessante temaer. Jeg ble oppfordret til å holde meg nær til informantenes utsagn, og bruke de temaene som best kunne svare på mitt forskningsspørsmål.

Alle informantene gav uttrykk for stort fokus på verdier i sitt profesjonelle arbeid. Jeg opplevde at flere av informantene knyttet sine verdier til personlige anskuelser og erfaringer i eget liv. Jeg tolket også de fire informantenes valg av metodisk tilnærming som fundert i personlige og kliniske erfaringer. En av informantene knyttet sitt engasjement for å finne klientenes språk, til sin erfaring med klienters møte med ”terapeutspråk”. En annen informant beskrev sitt engasjement for filosofi og åndelighet, og fortalte om disse perspektivenes effekt på hennes tilnærming. De fortalte alle om sentrale aspekter ved egen integreringsprosess gjennom utdanningen, men tydeliggjorde samtidig at en slik prosess ikke starter og ender et bestemt sted, men at den er i konstant bevegelse og samspill med erfaringer og hendelser knyttet til både det profesjonelle og det personlige liv. Temaer som omhandlet det forbindelseslinjer mellom terapeutenes arbeid og liv ble gjenstand for utforskning i alle fire intervjuer, og resonansbegrepet ble anvendt i språkliggjøringen av dette. Bakgrunn for valg av terapeutisk utdanning var også et tema i samtalene. To av informantene uttrykte at utdanningen var et bevisst valg utfra ideer de hadde om at de ville egne seg som terapeuter. To av informantene sa at valg av utdanning var mer knyttet til ønske om å øke sin kunnskap om familiearbeid og terapeutiske metoder.

Jeg hadde i intervju-malen i forbindelse med intervjuene selv anvendt begreper som ”ferdigheter” og ”egenskaper”, uten at jeg på det tidspunktet innså hvilke implikasjoner denne språkbruken har i seg. Disse begrepene kan anses som lite anvendbare i en sosialkonstruksjonistisk kontekst, i det de viser til en positivistisk og essensialistisk epistemologi. Begrepene peker mot et dypereliggende, egentlig og statisk selv. Jeg opplevde her at mine tanke-, handle- og persepsjonsvaner ble stilt til skue (Ølgaard, 2004), og jeg ble forskrekket over å oppdage hvor dypt disse begrepene sitter i tankesettet mitt. Samtidig er det slik at språklige begreper knyttet til en essensialistisk selvforståelse er svært dominerende i språket vårt, og at relasjonelle begreper for å betegne et menneske er i klart mindretall (White 2009). Denne oppdagelsen var et vendepunkt i arbeidet med prosjektet og hadde en avgjørende effekt på min videre tilnærming til materialet. Jeg opplevde at materialet åpnet seg

gjennom å integrere narrativ teori i arbeidet med utformingen av kategoriene. Til tross for mitt linneære språk, erfarte jeg at informantene holdt seg tro mot det sosialkonstruksjonistiske perspektivet, og hjalp meg til å opprettholde erkjennelsen av at vi blir til i møte med hverandre.

3.3.7 Memoskriving

Underveis i utviklingen av kategorier brukte jeg tid på å lytte gjennom intervjuene på nytt, og studere mine memos. Memoene mine ble skrevet som en forskningsdagbok. Refleksjonene, assosiasjonene og tankene jeg noterte meg der underveis, viste seg å være nyttige i kodingsprosessen. Memoskriving fremmet min refleksjonsprosess, og holdt meg engasjert i prosjektets tema, samtidig som at gjentakende temaer kom til syne. De synliggjorde også kompleksiteten i temaet jeg hadde valgt for oppgaven min, og mengden av ulike veier dette prosjektet kunne ta.

3.4 Etiske betraktninger

Forskningsprosjekt mitt ble før oppstart meldt inn til Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste (vedlegg 1), og ble vurdert å ikke medføre meldeplikt eller konsesjonsplikt i henhold til personopplysningsloven §§31 og 33. Informantene fikk alle tilsendt informasjonsbrev med prosjektbeskrivelse i forbindelse med at de samtykket til å delta i prosjektet (vedlegg 2). Samtykkeerklæring og ble signert i forkant av alle intervjuer, etter at den ble gjennomgått muntlig med informantene (vedlegg 3).

I forbindelse med selve intervjuet fortalte jeg informantene kort om min egen faglige og yrkesmessige bakgrunn. Informantene fikk mitt telefonnummer og mailadresse, og ble oppfordret til å ta kontakt dersom de hadde noen spørsmål eller tilføyelser etter intervjuet. De ble også oppfordret til å skrive ned eventuelle refleksjoner og tanker etter intervjuet, og sende dem til meg per mail. Jeg har ikke mottatt noen henvendelser fra informantene etter intervjuene, og har heller ikke selv kontaktet dem.

Som ny innenfor forskningsfeltet, var de etiske betraktningene omkring forskningsintervjuet noe som opptok meg. Som erfaren sosialarbeider, tok jeg utgangspunkt i at jeg ville kunne ivareta relasjonen til informantene på en god måte.

Det anses som sentralt i forskning at forskeren har et sterkt teoretisk fundament. Kunnskap om intervjuetemaet setter henne i stand til å stille gode oppfølgingsspørsmål, og kvaliteten på data som produseres avhenger av kvaliteten på intervjuerens ferdigheter og kunnskap (Kvale et al., 2009). Disse temaene fulgte meg gjennom hele intervjuprosessen. Jeg holdt min oppmerksomhet på det underliggende maktaspektet i intervjusituasjonen, særskilt fordi formen på intervjuet hadde et uformelt preg.

Dette perspektivet trekkes også frem av teologen og filosofen Løgstrup og hans betegnelse av menneskets urørlighetssone (Christoffersen, 1999). Når man skal ha en samtale om et emne, så skal det være under forutsetning av at man evner å skille mellom årsaker og motiver. I en slik samtale står man fritt til å begrunne egne standpunkter, og stille spørsmål ved de argumentene som motparten fører. Går man derimot løs på dialogpartnerens motiver, bryter den saklige diskusjonen sammen (Christoffersen, 1999). Når man som forsker stiller spørsmål om forbindelseslinjer mellom informantens personlige og yrkesmessige liv, kan det anses at urørlighetssonen berøres. Dette fordrer en stor grad av sensitivitet fra forskerens side. Følelsen av å berøre menneskers personlige erfaringer kan også skape en reservasjon hos meg som forsker. Jeg opplevde flere ganger i intervju av informantene at vi nærmet oss temaer som var personlig krevende for informantene å dele.

Samtalene mine med informantene har vært preget av en åpen tilnærming. Det vil si at jeg har latt dialogen føre oss inn i utforskningen av temaet. Sensitiv behandling av informantens personlige grenser, og forsiktig utforskning av temaene som dukket opp underveis, har preget intervjuprosessen. For meg handlet dette om å respektere informantene og deres urørlighetssone. I forkant av intervju med første informant, intervjuet jeg meg selv med utgangspunkt i intervjumalen. Hensikten med dette var å tydeliggjøre min egen forforståelse. Ved å forsøke å klargjøre mine egne anskuelser vedrørende temaet, ønsket jeg å sikre at informantens perspektiver og synspunkter ble ivaretatt, og at jeg ikke skulle ende opp med å reprodusere mine egne. Jeg opplevde at dette tydeliggjorde egne verdier og dominerende diskurser jeg har, knyttet til forskningsspørsmålet, og gjorde meg mer nysgjerrig på å utforske andre fortellinger om temaet.

3.5 Idealet om transparens

I kvantitativ forskning sikres kvaliteten ved bruk av begreper som validitet og reliabilitet for å sikre kvalitet i forskning. Målet er å etterstrebe en nøyaktighet med hensyn til samsvar mellom forskningsspørsmål og datamateriale, samt at prosjektet kan etterprøves i henhold til vitenskapelig standard. Ut fra en forskningslogikk basert på et konstruktivistisk ståsted, vil prosessen hvor kvalitative data utvikles i samskaping mellom forsker og informant være sentral (Thagaard, 2009). Idealet om transparens innebærer at forskeren tydeliggjør grunnlaget for fortolkninger ved å redegjøre for hvordan analysen gir grunnlag for de konklusjoner som fremkommer (ibid). I dette prosjektet har jeg, i tråd med GT, forsøkt å redegjøre for mine suksessive tolkning, vurderinger, valg og metodiske prosedyre.

GT fordrer at man underveis i prosjektet stopper opp og evaluerer sitt arbeid. Det er sentralt at man redegjør for sine veivalg, og for vurderinger man har tatt underveis. På denne måten kan både forskeren og informantene blir godt synlige i forskningen (Charmaz, 2006).

4. ANALYSE

I kapittelet som følger vil jeg beskrive og redegjøre for min arbeidsprosess med hensyn til å utlede kategorier ut fra det kodede materialet. Jeg vil her presentere kategoriene og forsøke å vise hvordan jeg har utviklet dem. Analyseprosessen dreier seg om å få et grep om hva som kjennetegner materialet. Ved anvendelse av forskningsmetodens rammer, skal forskeren bearbeide og sortere data, slik at materialet blir overskuelig. En analyseprosess innebærer for øvrig alltid en forenkling og reduksjon av det studerte fenomenet, og en form for sammenlikning (Halvorsen, 2008).

De konstruerte kategoriene vil fremstilles i tabellform, for gjennom dette å synliggjøre underbyggelse av kategoriene gjennom subkategorier. Oppbyggingen av kategoriene og subkategoriene vil underbygges av sitater fra transkripsjonene, for å vise forankring i materialet. Av plasshensyn har jeg valgt ut kun de sitatene som jeg mener anskueliggjør temaene på en tydelig måte. Det er likevel viktig å understreke at

sitatene fra transkripsjonene er tatt ut fra konteksten de oppstod i, og blir utsatt for en reduksjon gjennom mine subjektive fortolkninger som forsker.

4.1 Arbeid med utforming av kategorier

Tidligere har jeg beskrevet arbeidsprosessen i forbindelse med innsamling av data, og koding av transkripsjonene. Da min kodingsprosess var ferdig, hadde jeg i overkant av 300 fokuserte koder. Arbeidet med å samle de fokuserte kodene i kategorier ble gjort i flere omganger.

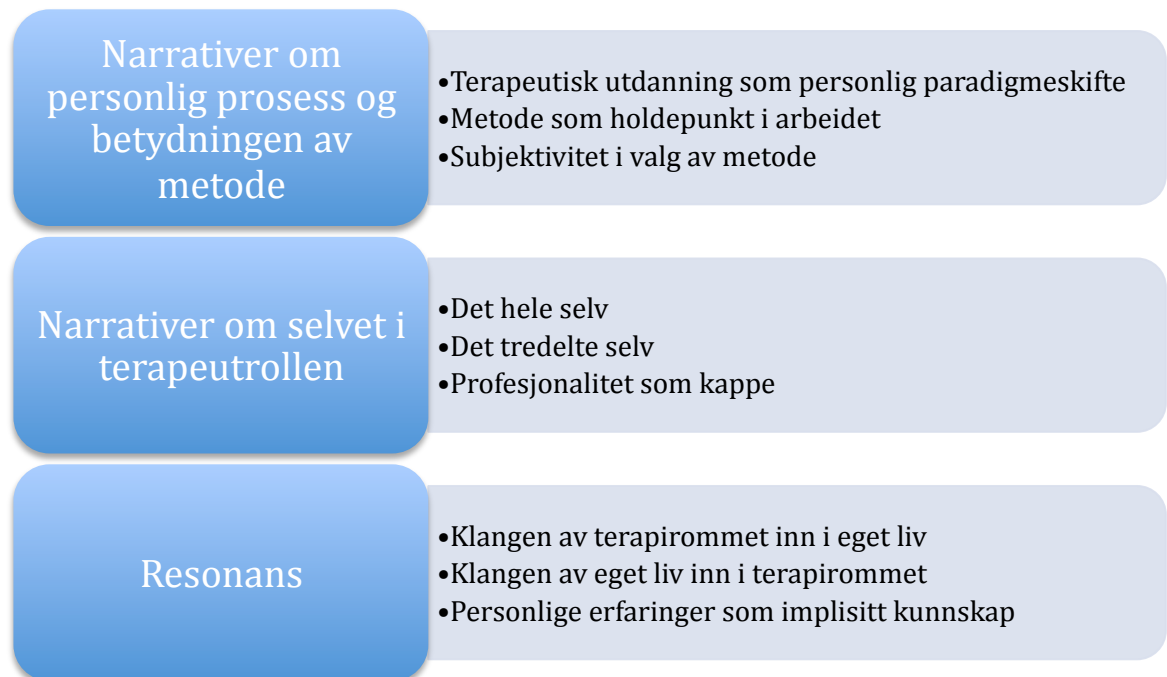
I arbeidet med å navngi kategoriene, ble jeg klar over i hvor stor grad jeg hadde festet mine beskrivelser til ord som egenskaper, erfaringer og ferdigheter. Med dette oppstod det et gap mellom min påståtte epistemologiske posisjonering, og begrepene jeg knyttet til kategoriene. Slike begreper er lite velegnet i en systemisk sosialkonstruksjonistisk epistemologi. På dette tidspunktet i forskningsprosjektet, ble jeg bekymret for om arbeidet så langt var forgjeves. I tråd med Charmaz' ideer knyttet til transparens som forskningsideal, besluttet jeg meg snarere for å synliggjøre denne vendingen i oppgaven. Gergen viser til at det i det engelske språket finnes mer enn 2000 begreper som knytter seg til beskrivelser av menneskelige egenskaper (Gergen, 2009). For meg ble dette en tydeliggjøring av de essensialistiske føringene som ligger implisitt i språket, og i hvilken grad språket er bærer av verdier. Da jeg ble oppmerksom på dette, fjernet jeg meg fra disse begrepene, og gikk over til å bruke begrepet "narrativer". Dette begrepet er i tråd med mitt grunnsyn og tydeliggjør ideen om at det nærmeste vi kommer beskrivelser av verden er gjennom våre fortellinger og narrativer om den. Jeg opplevde at dette lettet arbeidet med å gi kategoriene navn, og gav nye åpninger inn i materialet. Jeg brukte så de navngitte kategoriene og samlet de fokuserte kodene innenfor den kategorien jeg synes de passet i. Denne prosessen ble gjort gjentatte ganger, før jeg etter nøye refleksjon og gjennomgang av memos, bestemte meg for de endelige hovedkategoriene. Jeg valgte å fokusere på utsagn som jeg opplevde som interessante, overraskende og de som avvek fra det jeg opprinnelig hadde forestilt meg at jeg skulle finne. Også i denne prosessen følte jeg på ansvaret som er pålagt forskerrollen, og jeg gjorde en ny gjennomgang av det transkriberte materialet for å forsikre meg om at mine fortolkninger var lojale mot informantenes utsagn. Da jeg hadde gjennomført plasseringen av fokuserte koder i sine respektive

kategorier, satt jeg tilbake med 9 mulige kategorier. Av disse valgte jeg tre hovedkategorier, med subkategorier, som vil bli analysert i dette kapittelet. Parallelt med denne prosessen holdt jeg et fast grep omkring forskningsspørsmålet mitt, for å sikre at kategoriene i størst mulig grad gav svar på dette. Jeg foretok for fjerde gang en gjennomgang av memos og forskningsnotater, og leste på nytt gjennom beskrivelsene knyttet til rammene for utarbeiding av kategorier som beskrevet hos Charmaz.

For å synliggjøre kategoriene og samtidig forankre dem i data, har jeg valgt å bruke sitater fra materialet. Sitatene er nummerert på den måten at det første tallet representere nummerering fra fokusert koding, mens det andre tallet representerer sidetallet i transkripsjonen.

I arbeidet med koding av intervjuene dukket det opp flere interessante temaer, og jeg stod gjentatte ganger ved forgreningspunkter, der valg av retning var nødvendig. Ved bruk av aksial koding, grupperte jeg de fokuserte kodene i tematiske kategorier i flere omganger. Gjennom å fokusere på forskningsspørsmålet mitt, og ved å holde meg til de metodiske rammene for arbeidet, ble det mulig for meg å finne tre hovedkategorier med subkategorier som jeg anså kunne gi noen interessante perspektiver på terapeuters narrativer om det å bruke seg selv i terapi.

4.2 Grafisk fremstilling av hovedkategorier og underkategorier



4.3 Narrativer om personlig prosess og betydningen av metode

4.3.1 Terapeutisk utdanning som personlig paradigmeskifte

Baldwin hevder at betydningen av terapeutiske teknikker ikke bør tåkelegge det at det er gjennom terapeuten, teorier og metode manifesterer seg. Terapeutens rolle overgår det som handler om allianse, og når terapeutens person som tema ignoreres, kan den terapeutiske relasjonen kompromitteres (Baldwin, 2013). Virginia Satir¹³ anså at en fundamentalt viktig oppgave i opplæring innenfor systemisk terapi, er å hjelpe terapeuter til å løse personlige dilemmaer, og adressere personlige temaer og blinde flekker, for å forbedre utfallet av det terapeutiske arbeidet (Satir & Baldwin, 1983). Flere av informantene beskriver sine personlige prosesser i terapeututdanningen som skjellsettende. En informant blir rørt til tårer når hun tenker tilbake på utdanningsforløpet, relasjonene hun var i der og de personlige prosessene hun opplevde. En annen informant beskriver utdanningen metaforisk, ved at hun kom ut av egget, og fikk en annen forståelse av sin rolle. Utsagn informantene kom med som var knyttet til personlig prosess, kan forstås som at informantene, gjennom utdanningen opplevde den systemiske tenkningen som altererende, om enn på ulike måter. To av informantene understreker endring i *rolleforståelse* og narrativer knyttet til yrkesrollen, mens de to andre informantene påpeker endring i *selvforståelse* og narrativer knyttet til deres person.

"... det å gå fra den der hjelperollen hvor ... man kommer inn i barnevernet vet du og så bretter man opp armene og skal ordne opp for folk, og det slipper man vet du når man tar en systemisk utdanning, så det var frigjørende på en måte. Det skjedde veldig mye med min forståelse av arbeid med mennesker generelt altså....jeg kom jo ut av egget da ". (3:2)

Jeg forstår dette utsagnet som at informanten har opplevd en signifikant endring av syn på egen yrkesrolle. Dette kan forstås som at hun opplevde at den systemiske forståelsen av samspill mellom mennesker frigjorde henne fra å inneha hovedansvaret for endring. Beskrivelsen av å føle at hun kom ut av egget kan tolkes metaforisk som

¹³ Virginia Satir (1916-1988), amerikansk familierapeut, sosialarbeider og forfatter (Satir & Baldwin, 1983).

at noe nytt ble født. Informantens utsagn tyder på at møtet med systemisk tenkning og utdanningsprosessen var en radikal og gjennomgripende prosess i hennes profesjonelle liv. Denne informantens utsagn skiller seg fra neste sitat, ved at jeg anser informantens personlige utviklingen i utdanningen som språklig nedtonet.

”Hm. Ja det er vel noe av det samme at det var så spennende at det ble så sterkt at det ble sånne åpninger til ens egen historie da. Jeg tror det ... Ja, det tror jeg mmm. Veldig rørende også, ikke sant for at det er veldig sånn (begynner å gråte) ja, veldig personlig...” (2:4)

Dette utsagnet kan tyde på at informanten vektlegger utdanningens terapeutiske effekt, ved at hun beskriver at hun fikk en annen tilgang til sin egen historie. Hun beskriver gjennom dette utsagnet det som jeg forstår som en endring som har satt hennes historie og erfaringer i et nytt perspektiv, og som har medført endringer i hennes selvforståelse. En kan ut fra dette anta at utdanningen hadde en terapeutisk effekt på henne, som går utover den rent metodiske og faglige delen av utdanningen.

” Og da er det jo en sånn utrolig fantastisk ehm lettelse og trygghet at jeg har vært der selv. Jeg har gått de ... dype prosessene selv. Så jeg vet hva som skjer... og jeg vet at det ikke er farlig....og da vet jeg også hvordan jeg skal håndtere det. For jeg har blitt håndtert selv. Ikke sant. Så jeg har gått veiene ... i dypet og i høyden og sånn... og det gir meg en trygghet som ... terapeut og veileder da”. (4:6)

Dette sitatet tydeliggjør informantens vurdering av utdanningens terapeutiske effekt på hennes selvforståelse. Hun viser i det øvrige materialet til at den personlige prosessen er en vesentlig del av Imagoutdanningen, og at metoden ikke regnes som virksom før den er integrert i terapeuten. Informanten uttaler at hun selv har gjennomgått en personlig prosess, og at hun gjennom dette har en erfaring som gir henne trygghet i rollen. Dette kan forstås som at hun anser en personlig prosess i utdanningsforløpet som avgjørende for egen fungering som terapeut etter utdanning. Jeg tolker hennes beskrivelser som at det gir henne en trygghet og innsikt i terapisisuasjonen som tilfører terapien autenticitet og kongruens, og som i sitt fravær ville hindre det terapeutiske arbeidet. I følge Virginia Satirs forenklete versjon av

begrepet kongruens, så betyr det at man har et uttrykk som gjenspeiler det man føler, at man sier det man føler, og at man handler i henhold til det man sier (Baldwin, 2013). Jeg tolker denne informantens utsagn som at kongruens er et ideal.

4.3.2 Metode som holdepunkt i arbeidet

Da jeg gikk inn i arbeidet med dette prosjektet, hadde jeg noen forestillinger om at det ville fremkomme tydelige språkliggjorte forbindelseslinjer mellom terapeutens personlige og profesjonelle prosess i utdanningen. Jeg ble derfor overrasket da en av informantene uttrykte at forståelsen av rollen og den metodiske tilnærmingen var den endringen hun anså var mest synlig etter utdanningen. Dette brøt med min forforståelse knyttet til betydningen av personlig prosess i utdanningen;

”..det skjedde nok mer i forståelsen av min rolle tror jeg, ehm, men jeg tror først og fremst det var metodisk at de merket det..men ehm...og så ble jeg jo flinkere til å stille spørsmål...”. (3:6)

Dette sitatet kan forstås som en synliggjøring av et epistemologisk skifte hos informanten med henblikk på forståelse av egen yrkesrolle og en endring metodisk. Det kan også tolkes som en nedtoning av betydningen av personlig prosess i utdanningen knyttet til egen historie og selvforståelse. Jeg tolker det dithen at informanten ikke har reflektert over, eller også ikke har språkliggjort forbindelsene mellom den profesjonelle utviklingen, og implikasjoner dette kan ha fått i hennes profesjonelle og personlige liv. Det kan også indikere at informanten ikke anser dette perspektivet som relevant for hennes yrkesutøvelse i den konteksten hun arbeider i.

Alle informantene beskriver en interesse for og opptatthet av relasjonsaspektet ved terapeutisk arbeid. En av informantene anvender en metode som innebærer en psykoterapeutisk tilnærming, mens en annen arbeider ut fra generell systemisk holdning og metodikk. Det er derfor interessant at begge disse informantene, som har svært ulike arbeidskontekster, så tydelig gir uttrykk for betydningen av metode. En informant forteller at hun trenger metoden, da hun selv som person kan være ustrukturert. Den andre informanten beskriver at hun, dersom hun blir usikker i en

terapisituasjon, holder seg til metoden, og gjennom dette får gjenopprettet balansen i seg selv;

"Og det er noen ganger det er så utrolig vanskelig. Og det skjer ting, hvor jeg tenker: "hva gjør jeg nå?", og da vet jeg at, "nei, du holder deg til strukturen."(4:13)

Slik jeg tolker dette så må det rammeverket som metoder tilbyr anses å representere en signifikant trygghet og struktur for terapeuten i arbeidet, uavhengig av kontekst.

En annen informant gir tydelig uttrykk for at hun savner en mer metodisk tilnærming på sin arbeidsplass, og at hun ofte er usikker på om arbeidet hennes bærer preg av en integrert metodisk arbeidspraksis, eller ikke;

"..jeg tror det er lurt på en måte og så være systematisk i sin tilnærming noen ganger og, det er der jeg føler noen ganger at vi jeg...ikke har fått gjort alt, sånn at jeg liksom, ikke er helt sikker på når den ene... den ene enheten skjer eller om den har skjedd liksom."(2:26)

Jeg forstår dette som at informanten i større grad hadde ønsket å arbeide ut fra en metodisk tilnærming i arbeidet. Utfra dette utsagnet, kan man anta at informanten tror at en mer metodisk ramme for arbeidet, ville gitt henne en større følelse av trygghet og systematikk i arbeidet med familiene.

4.3.3 Subjektivitet i valg av metodisk tilnærming

Ved gjentatt gjennomgang av informantenes utsagn, tolket jeg informantene slik at de alle fire kan anses å ha noen personlige narrativer, som kommer til syne i valg av terapeutisk grunnholdning og metodisk tilnærming. Det vil si, det er kun en av informantene som anvender en bestemt metode. De tre andre informantene beskriver at de arbeider ut fra en systemisk forståelsesramme, og at de bruker metodiske elementer eklektisk. Det vil si at de tar i bruk ulike metodiske tilnærminger tilpasset den aktuelle terapeutiske konteksten de befinner seg i. En av informantene har tidligere erfaring med å arbeide med familier tilknyttet barnevernet. Hun setter sitt

engasjement i å finne frem til familiers språk, og fokus på å finne alternative tilnærminger i sammenheng med dette;

”...og så kommer man inn da, som familieterapeut, og skal jobbe med nettopp språket, for det er jo det vi bruker, det er verktøyet vårt. Og da har jeg tenkt mye på det at, det oppleves nok som litt fremmed for dem, at man skal reflektere og bruke språket når man ikke har ordene.”.(1:10)

En annen informant har et filosofisk og åndelig verdensanskuelse, og forteller at hun på grunn av dette ofte kontemplerer over familiene hun arbeider med og bruker det hun betegner som en høyere del av seg selv;

”...når du snakker om det daglige livet og spennet opp til ... oppover til universene som ligger der, og ... det store og det lille, så at mennesket på en måte er ... viktig og at det er liksom ... mennesket er på en måte hellig, fordi det er på en måte altså, det speiler noe, det speiler en historie og hvis man som familieterapeut skal tro at man kan hjelpe til med noe så er det jo noe med å lytte fram disse historiene og få tak i de narrative...”.(2:35)

En tredje informant er svært opptatt av å tydeliggjøre verdier på arbeidsplassen sin, og setter det at hun møter klienter på en anerkjennende måte, i sammenheng med at hun selv opplever avvisning som vanskelig. Hun knytter dermed verdier i sin profesjonelle praksis til verdier knyttet til egne erfaringer.

”... jeg tåler veldig dårlig å bli avvist selv...å ikke få respekt for, på en måte det jeg står for, så jeg tror nok at kanskje det at jeg kanskje er så streng på akkurat det der med verdiene, det har jo med meg å gjøre.”.(3:31)

En fjerde informant forteller at hun gjennom livet har blitt oppmerksom på hvor viktig andre menneskers speiling av henne har vært for hennes utvikling og veivalg. Dette ledet henne til utdanningen som Imagoterapeut. Hun knytter også sin erfaring med metode i utdannelsesprosessen til sitt engasjement, og viser til innflytelsen metoden har hatt på henne selv;

”Jeg pleier å si at ingen metode er bedre enn den som utøver den. Nå er jeg veldig overbevist om at jeg har en fantastisk metode. Og det at jeg har så tro på den, er jo det at den har virket på meg selv. Og når jeg praktiserer den på andre, så virker den.”(4:13)

Jeg tolker informantenes utsagn slik at det kan anses at deres personlige erfaringer og narrativer kan ha en forbindelse til deres valg av metodisk tilnærming og faglige idealer.

4.4 Narrativer om selvet i terapeutrollen

4.4.1 Det hele selv

”Som terapeut så bruker jeg jo meg, det er ikke en teknikk, eller jeg følger ikke en manual. Det er meg sjøl jeg bruker fullt og helt, og egne følelser og det handler da om livet jeg lever utenfor og, utenfor terapirommet på en måte, det er ikke, jeg tror ikke på det, at jeg kan være en god terapeut og jobbe etter en manual eller bare ta på meg therapeuthatten og være det. Jeg tror at det er meg, eller at det er jeg som møter folk og at da er det på en måte, ja mitt levde liv og det jeg står i og hvem jeg er da, og det, ja. Det er det jeg møter folk med, og det er kanskje det som gjør at det funker og, ikke sant, at man er ekte da, og har et nærvær i samtalen at eh at det kanskje er det nærværet som er godt da.”(1:31)

Informanten beskriver her et narrativ om terapeuten som en helstøpt person som har et reflektert og bearbeidet forhold til sin egen person, og som har integrert kunnskapen fra utdanningen. Gjennom en slik integrert fungering istandsettes hun til å kunne bruke seg selv som person i samspill med det utdanningen har gitt henne av teoretiske og metodiske tilnærminger. Hun utelukker et terapeutisk narrativ der terapeuten kun bruke metoder mekanisk, men understreker viktigheten av å integrert kunnskap.

4.4.2 Det tredelte selv

” For jeg har et privat jeg, og et personlig jeg, og et profesjonelt jeg, jeg har det. Jeg har de tre... ”. (3:10)

Utsagnet fra denne informanten forundret og forbløffet meg da det kom. Utsagnet kan anses som bokstavelig ment, at informanten har en slik forestilling om seg selv. Hvilken innflytelse en slik anskuelse få i praksis, kan anses som interessant. Jeg opplevde at informanten senere i intervjuet beskrev flere sider av seg selv som er integrert i alle de tre delene hun beskriver, og at hun dermed modererte uttalelsene sine. Slik jeg ser det, så kan også uttalelsen indikere et personlig behov for en grense mellom rollene hun har i livet sitt. Det kan likevel anskueliggjøre en holdning til selvet i rollen som terapeut, der det terapeutiske arbeidet er knyttet til et instrumentelt syn på rollen som terapeut og en essensiell forståelse av seg selv.

Terapeuter som Jay Haley (Haley, 1976) og Minuchin og Fishman (Minuchin & Fishman, 1990) hevder at man i en systemisk utdanning skal fokusere på den aktuelle terapeutiske atferden som vises. De hevder at de gjennom dette skal hjelpes til å få den nødvendige retning og effektive terapeutiske responser. I en slik forståelse av terapeutrollen, er terapeutens person ikke et fokus, og dermed ikke gjenstand for verken diskusjon eller endring . Uttalelsen om det tredelte selv kan derfor også forstås å gjenspeile en holdning som er i overensstemmelse med en holdning til terapeuten der eksterne ferdigheter er mer sentrale.

Konteksten denne informanten arbeider innenfor, må likevel anses som sentral når denne uttalelsen skal analyseres. Et arbeid innenfor konteksten av barnevern, og de normative rammene som ligger i dette, kan kreve en systemisk tilnærming som har et desentrert fokus på terapeutrollen. En slik kontekst kan også anses å ha en innflytelse på informantens forståelse av egen rolle, og dermed sette sitt preg på hennes narrativer knyttet til det å bruke seg selv.

4.4.3 Profesjonalitet som kappe

”...altså hva som er forskjell på det profesjonelle og det personlige så ser jeg for meg at det å være profesjonell det er på en måte ikle seg en kappe da. Utenpå mitt personlige jeg. Men jeg er fortsatt mitt personlige jeg. Jeg har bare en kappe på meg. Sånn at det ikke synes så godt (smiler og ler) for andre.”. (4:4)

Denne informanten beskriver terapeutrollen som en kappe. Jeg forstår det slik at kappen fungerer som en markør både for henne selv i forhold til grensen mellom det personlige og det profesjonelle, og en markør for klienten med hensyn til rollen hun innehar. Hun beskriver også et ideal om kongruens, gjennom at hun beskriver at hun stadig har sitt personlige jeg med seg inn i rollen som terapeut. Jeg forstår det dithen at rollen og personen også her fremstilles som et hele, hvor delene ikke kan skilles ad. Det at kappen også tilskrives å føre til at hennes personlige jeg ikke synes så godt, tolker jeg som at hun opplever den som en beskyttelse og en kontekstmarkør for henne selv.

4.5 Resonans

4.5.1 Klangen av terapirommet inn i eget liv

Alle informantene beskriver at narrativer knyttet til arbeidet deres influerer narrativer med forbindelser til deres private liv. Erfaringene de får og fortellingene de tar del i som terapeuter, kan anses å prege dem, på godt og vondt.

”..jeg tror jeg på en måte blir litt mer dyster av å jobbe med det jeg jobber med. Det er litt sånn trist å tenke det men det tror jeg altså. Jo større liksom forståelse jeg liksom får... for alt det her og kompleksiteten, jo mer.... Jeg tror ikke liksom man blir lykkelig av det...egentlig . (1:23)

Informanten synes å oppleve at jobben tilfører en dysterere livsanskuelse. Hun opplever at økt innsikt i kompleksiteten i mennesket og menneskelig samhandling

gjør henne mindre lykkelig enn hun ellers hadde vært. Den samme informanten viser også til at hun opplever at terapeutrollen ikke tilfører hennes personlige relasjoner noe meningsfullt eller bra. Denne uttalelsen kan indikere at informanten ikke har lyktes med å skape noen meningsfulle narrativer omkring forbindelsen mellom hennes profesjonelle og personlige liv, slik Jensen beskriver (Jensen, 2008).

” For når, det er jo, vi treffer jo folk på ulike nivåer, ikke sant, noen skal bare ha, og noen er også ute etter å gi, eller stille spørsmål da, og det er jo interessant, ikke sant. Sånn som vi snakker nå. At man nesten kan ha sånne samtaler med klientene. Utveksling.”.(2:31)

Informanten opplever at møter med klienter som ønsker å gå inn i en dialog med henne, tilfører henne noe godt i livet hennes. Dette sitatet kan indikere at informanten har lyktes med å skape meningsfulle narrativer mellom rollen som terapeut og hennes personlige liv, og at dette bidrar til å gi arbeidet mening for henne.

”Men det at jeg ... det har fått like store innvirkninger i hjemmet som det har fått på jobb, det at jeg forstår mer av hvordan ting, eller hvordan prosesser foregår. Og den utviklinga du har som terapeut da den handler jo faktisk om forståelse av mennesker og ... kommunikasjon, systemer, ja...”. (3:8)

Jeg tolker informanten dithen at hun har en opplevelse av at kunnskapen og erfaringen som hun har tilegnet seg gjennom utdanning og praksis, har forbindelser til både hennes personlige relasjoner og hennes profesjonelle arbeid. Informantens utsagn tyder på at hun anser utviklingen hun har som terapeut, som en overordnet forståelse som berører alle relasjoner hun står i. Jeg tolker dette som en kontrast til informantens tidligere beskrivelser av seg selv som en tredelt person. Dette kan indikere at forbindelsene mellom det profesjonelle og det personlige liv til en viss grad ikke er språkliggjort.

4.5.2 Klangen av eget liv inn i terapirommet

Alle informantene kommer også med utsagn som indikerer at narrativer fra deres eget liv klinger inn i terapirommet, og har en effekt på hvordan de punktuerer.

”...ja, det å vokse opp som en type pårørende ikke sant eller tett sammen med noen som ikke har det bra, det er jo...ja det gir jo en type sånn, ja jeg vet ikke....det er jo kanskje en type alvor som sniker seg inn allerede der.”. (1:28)

Jeg tolker dette sitatet som at informantens erfaring med å være pårørende har gitt henne en tilgang til, og erfaring med et livsalvor som hun ikke ellers ville hatt. Slik jeg forstår dette så setter informanten denne personlige erfaringen i sammenheng med sitt valg av terapeutisk utdanning.

”..jo jeg tenker at det er sånn man stadig vekk kan få ehm og i hvert fall jeg som jobber med barn, og jobber med barn som er i samme alder som mine egne barn, så er det en veldig nærhet eh, og at det er en utfordring å ikke blande sammen ehm, hva som er mitt og hva som er den andre sitt tenker jeg.”. (1:21)

Dette utsagnet kan forstås som at informanten anser det å arbeid med barn, og selv være mor, som tangerende i arbeidet. Det kan synes som om informanten opplever denne følelsen av resonans som krevende å forholde seg til. Det at det fremstår som anstrengende for henne å skille mellom narrativer knyttet til seg selv og sine egne barn, og narrativer knyttet til barn og foreldre hun møter i terapi, tolker jeg som at hun gjør en implisitt sammenlikning mellom eget liv og klienters liv, parallelt i arbeidet.

”..og da husker jeg at jeg hadde en foreldresamtale i den uka, hvor jeg kan tenke, eller veldig godt forstå nå at jeg, de kom aldri tilbake igjen... og det skjønner jeg for noe av det nærværet var veldig sånn borte, fordi, da husker jeg at de satt og snakket om og kranglet litt, og så snakket de om tenåringsdattera si som hadde noe, hvor de var litt bekymra for et eller annet, og da husker jeg at jeg tenkte ”herregud for noen folk liksom, det er jo småting, de aner ikke hva jeg sitter med hjemme..”. (1:34)

Jeg forstår dette som at informanten opplever det å stå i krevende situasjoner i eget liv som forstyrrende for hennes fungering og mentale tilstedeværelse i terapirommet. Hennes nonverbale diskreditering av klientenes narrativ påvirket hennes evne til å koble seg på og lytte til klientenes historie. Informanten opplevde i etterkant at

klientene valgte å ikke komme tilbake, og hun setter dette i direkte sammenheng med at hun ikke klarte å være emosjonelt og relasjonelt tilgjengelig for dem. Dette kan være et eksempel på det Jensen betegner som gjensidig dissonans. Dette begrepet innebærer en prosess i en faglig sammenheng der terapeuten ikke klarer å ta imot klientens historie, eller får assosiasjoner til ubearbeidede historier fra egne private og personlige livserfaringer som hindrer kontakt og allianse med klienten (Jensen, 2008).

”Jo, fordi jeg hadde jo (ler høyt) mye erfaring med å være i problematikk og leve med det da. Nysgjerrigheten, å kanskje få en helhetlig forståelse av hva familier er, hva er en familie?” (2:2)

Denne informanten knytter sin interesse for utdanningen til egen erfaring med å leve i en krevende familiesituasjon. Jeg tolker informantens utsagn dithen at utdanningen ble ansett å kunne tilføre mening til hennes egne erfaringer med å være i familie.

” Det der å skape relasjoner, det går jo ikke bare på at jeg tenker, at nå skal jeg hjelpe. Jeg går jo inn med meg, fordi jeg har en erfaring som ikke er så langt unna mange ganger, ikke sant. Men jeg prøver å ikke snakke så mye om det da, for det er jo kunden som er i fokus . ”. (2:10)

Denne informantens utsagn kan forstås som at hun har et ideal om å være et helt menneske i møte med familiene. Gjennom arbeidet med familier, opplever informanten at det oppstår tangeringspunkter mellom hennes egne erfaringer og klientenes situasjon. Slik jeg forstår utsagnet, så anser informanten at det er nødvendig og riktig å holde disse tangeringspunktene skjult, men anser den likevel som en taus erkjennelse som tilfører relasjonen en form for kongruens. Dette utsagnet kan være et eksempel på det Jensen kaller gjensidig resonans. Dette begrepet søker å forklare en prosess i en faglig sammenheng hvor hjelperen deler en felles forståelse hentet fra egne private og personlige erfaringer med klienten (Jensen & Ulleberg, 2011).

”...det har jeg drevet med hele livet, å finne forbindelser til andre mennesker og sånn og det bruker jeg jo, bruker, gjør jeg jo i profesjonell sammenheng... ”. (3:12)

Jeg tolker denne informantens utsagn som at hun anser det å søke kontakt med andre, og skape relasjoner, som noe som følger henne både i arbeid og privatliv. Hun understreker at hun ikke *bruker* dette, men at dette er noe hun *gjør*. Ved å vektlegge egen språkliggjøring av fenomenet, viser hun til en handlingsform, fremfor noe hun anvender som et taktisk virkemiddel for å nå et mål.

4.5.4 Personlige erfaringer som implisitt kunnskap

En av informantene var spesielt opptatt av hvordan egne erfaringer kommer til syne implisitt i terapi. Gjennom språkhandlinger kan terapeuters implisitte erfaringer og narrativer komme til syne .

”Jeg vet hvor forferdelig vanskelig det er. At jeg selv går på trynet. Det er en viktig erkjennelse å ha med seg, at det ikke er lett.”. (4:27)

Jeg tolker denne informantens uttalelse som at hun opplever at hennes erkjennelse av egne feiltrinn fungerer som en taus innsikt når hun skal hjelpe andre. Hun opplever at denne erkjennelsen kommer til syne i hennes terapeutiske språk og holdning. Egen erfaring med tilkortkommenhet gjør at hun møter sine klienter med en mer ydmyk holdning.

”Klientene mine sier at terapien er ekte. Det kjennes ekte for dem. Og troverdig. Og da har jeg ikke vært privat. Jeg tror på en måte at det bare skinner gjennom på en måte som ikke er så lett å sette ord på.”. (4:25)

Slik jeg forstår dette sitatet, så anser informanten at den tause effekten som hennes personlige erfaringer tilfører terapien, gjør at hun som terapeut oppleves som genuin. Hennes erfaringer ligger mellom henne og klientene som en taus erkjennelse og innsikt som vanskelig kan ordsettes. Hennes person skinner gjennom det terapeutiske forløpet og skaper fortrolighet mellom henne og klienten.

5. PRESENTASJON AV TEORI

I denne studien er det terapeuters narrativer om det å bruke seg selv som utgjør empirien. I dette kapitlet vil jeg gjøre rede for filosofiske og teoretiske perspektiver som empirien kan forstås i lys av. Det finnes mange aspekter som har fremkommet av dette forskningsprosjektet som kunne vært spennende å belyse gjennom allerede utledet teori. Av plasshensyn og med bakgrunn i prosjektets rammer, har jeg imidlertid valgt å begrense presentasjonen av teori til noen hovedområder.

Jeg vil her redegjøre for sosialkonstruksjonisme som fortolkningsramme for mine forskningsspørsmål. Min oppfatning er at Gergens sosialkonstruksjonistiske perspektiver vil kunne gi et godt rammeverk for å gi mening til kategoriene som har blitt utledet gjennom forskningsprosessen. Jeg vil videre vise hvordan narrativer knyttet til det å bruke seg selv kan forstås i lys av narrativ teori, representert ved teoretikerne Michael White, David Epston og Stephen Madigan. Med bakgrunn i at jeg som forsker posisjonerer meg innenfor en sosialkonstruksjonistisk epistemologi, anser jeg også ideer knyttet til narrativ teori som relevante for mitt prosjekt. Narrativ teori tilbyr en forståelse av terapeuters opplevelser av å bruke seg selv som er i tråd med nettopp dette teoretiske ståstedet. Sentrale elementer i narrativ terapi, som metode, vil også bli redegjort for. Jeg vil så presentere hvordan Per Jensens doktoravhandling kan belyse sammenhengen mellom terapeuters narrativer og klinisk praksis, og betydningen personlige erfaringer kan antas å ha for de punktueringene som gjøres i terapi. Til sist vil jeg presentere ideer knyttet til betydningen av språkforståelse og den språklige vendingen i terapi, i henhold til Anne Øfstis litteratur.

5.1 Sosialkonstruksjonisme

Modernismebegrepet referer til utviklingen i den vestlige kultur fra opplysningstiden og tiden frem til siste del av 1900-tallet. Modernismen var preget av økende tro på fornuft og vitenskap og erstattet middelalderens religiøse kontroll. Postmodernisme anses som utvikling i vestlige samfunn der modernismens ideer om objektivitet, vitenskapelig sannhet og fornuft ble utsatt for ekstensiv kritikk fra en rekke akademiske kretser (Gergen, 2009). Sosialkonstruksjonisme regnes å ha sitt utspring i postmodernistiske ideer. I følge Gergen bygger sosialkonstruksjonistisk teori på ideer

hentet fra blant andre filosofen Ludwig Wittgenstein, lingvisten Ferdinand de Saussure, litteraturteoretiker Jaques Derrida og filosofen Michel Foucault (ibid).

Gergen viser til ideen om at det vi betrakter som virkelig i stor grad er avhengig av hvilke tilganger vi har, og at tilganger vi har er avhengig av de sosiale relasjoner vi er en del av (Gergen, 2009). Sosialkonstruksjonistiske ideer utfordrer således anerkjente og etablerte begreper knyttet til ”sannhet”, ”objektivitet”, ”fornuft” og ”kunnskap” (ibid). Menneskets forståelse av seg selv, sine tanker, følelser og ønsker er knyttet til de relasjonene de er en del av, og det er gjennom relasjonene dette blir gitt mening.

I den vestlige verden har den personlige erfaring lenge vært tillagt verdi. Antakelsen om at mennesker først erfarer virkeligheten og dernest forsøker å uttrykke erfaringen med ord, er knyttet til forståelsen av språk som et avtrykk av verden (ibid). Øfsti beskriver hvordan noen terapeuter anser språket som et nøytralt medium som speiler våre indre tilstander konkret og presist (Øfsti, 2010). Gergen fremmer at det vi anser som sant og riktig om virkeligheten, ikke er bilder født av vår bevissthet, men bilder født av våre relasjoner (Gergen, 2009). Han forfekter dermed det synspunkt at virkeligheten tillegges mening gjennom relasjonelle forhandlinger, overenskomster og sammenliknende synspunkter (ibid).

Wittgenstein tar i bruk spill-metaforen når han hevder at ord først får en mening når det er en del av en gitt kontekst. Han sammenlikner et ord med en sjakkbrikke, idet at sjakkbrikken ikke har noen betydning utenfor sjakkspillets rammer, men ilegges betydning i spillets sammenheng (Wittgenstein, 1953). Wittgenstein kalte språket og handlingene som språket er vevet inn i for *språkspill* (ibid). Spillmetaforen antyder at mennesker utvikler rimelig pålitelige koordinasjonsmønstre i samhandling. Disse strukturene har samhandlingsmønstre som karakteriseres av regler, som følger noen konvensjoner med hensyn til hva som er akseptabelt og hva som er uakseptabelt (ibid). Begrepet ”terapi” anses ofte forbundet til ord som sjel, kommunikasjon og barndom, og i det at terapeuter anvender disse ordene, på bestemte måter som har blitt innarbeidet i oss, deltar vi i et språkspill (Øfsti, 2010).

Wittgenstein kalte de spektre av relasjoner som mennesker er en del av, med deres ord, handlinger og gjenstander, for *livsform* (Wittgenstein, 1953). Vår forståelse av

verden, våre konstruksjoner, kan anses som innkorporert i livsformer, eller kulturelle tradisjoner. Språket får dermed først sin betydning i kraft av dets nytteverdi i den aktuelle livsformen (ibid). Språk blir derfor i bred forstand ansett som en hovedfaktor i vår handlingsverden, ved at det konstituerer det sosiale livet (Wittgenstein, 1953). Wittgenstein understreker at det ikke finnes noen nøyaktig og påviselig forbindelse mellom ordet "smerte" og smertetilstander i et menneske, men at språkets betydning gis av måten det brukes på (ibid). Oppgjøret med idealet om språket som nøytralt og passivt, blir omtalte som den språklige vendingen i samfunnsteoriene (Øfsti, 2010).

Fornuft og logikk har vært en sentral dyd i den vestlige kultur siden opplysningstiden. Den franske litteraturteoretikeren Jaques Derrida og den franske filosofen Michel Foucault har utviklet kritiske perspektiver på hvordan mening ikke bare skapes gjennom språket, men også hvordan språk brukes aktivt til å konstruere rette og mindre rette meninger, sannheter og ideer (Øfsti, 2010). Derridas verker betegnes ofte som dekonstruksjonistiske, og anses i seg selv som flertydige (White & Lindegård Henriksen, 2006). Gjennom sitt arbeid gir Derrida fokus til de implisitte verdier som ligger iboende i alle konstruksjoner av virkelighet (ibid). En av fortolkningene av Derridas verker retter seg mot menneskelig fornuft ved å hevde at rasjonelle argumenter medfører at flertydighet undertrykkes (Gergen, 2009). Ved rasjonelle argumenters dominans, øker ikke menneskelig forståelse og kunnskap, den forminskes. Han hevder også at når rasjonelle argumenter undersøkes nøyere, så vil fornuftens meningsfullhet bryte sammen. Kritikken mot rasjonalitet stopper ikke ved spørsmålet om den undertrykkende karakter. Fra et dekonstruksjonistisk perspektiv anses fornuften og rasjonelle argumenter å til slutt føre til kaos (ibid).

Foucaults kritikk retter seg i stor grad mot at språket, diskursene og praksiser som er forbundet med disse, er uttrykk for maktinteresser (Foucault, 2001). Foucaults ideer om makt og diskurser er knyttet til historiske betraktninger omkring marginaliserte grupper, som kriminelle og psykisk syke, og hvordan disse har blitt plassert i reservater (Foucault, 2001). Han hevder med dette at språket, diskursene og de praksiser som er forbundet med disse er uttrykk for maktinteresser (ibid). Makt anses imidlertid ikke som verken negativt eller positivt, men som produktiv. Han fremholder at ingen makt er total, da heller ingen beskrivelse er total (Foucault, 2001). Foucault tar utgangspunkt i ideer hentet fra filosofen Nietzsche når han hevder

at det ikke finnes én gyldig sannhet om et fenomen, og fremmer Batesons poeng når han fremhever at ingen beskrivelse kan anses som total (Gergen, 2009).

Bergers og Luckmanns bok ”The Social Construction of Reality” fra 1966 anses som et sentralt verk når det kommer til forståelsen av vitenskap som sosial konstruksjon (Berger & Luckmann, 1966). Ved å rette søkelys på forskerens subjektive forståelse av virkeligheten, belyser de en signifikant lyte ved det rasjonelle argument. De hevder at forskerens opplevelser og fortolkninger kan spores tilbake til den sosiale konteksten som han er en del av (ibid). Forfatterne betegner den sosiale konteksten som, strukturer, og at disse strukturene bærer i seg konseptuelle forståelser av virkeligheten, og rasjonelle argumenter for denne forståelsen (ibid). De plausible strukturer inngir derfor en forståelse av virkelighet, knyttet til ideer om hva som er sant og virkelig, og har innflytelse på implisitte sannheter om virkelighetens organisering.

5.2 Narrativ teori

Teoretikerne som har utviklet narrativ teori, har hentet ideer fra sentrale teoretikere som blant annet Ludvig Wittgenstein, Gregory Bateson, Jacques Derrida, Michel Foucault og Jerome Bruner (Madigan, 2011). Michael White og David Epston regnes som grunnleggerne av narrativ metode innenfor terapi og sosialt arbeid. White og Epstons terapeutiske rasjonale skiftet fokus fra fortolkning av klientens utsagn, til klientens egne fortolkende strategier. Dette skiftet medførte en alternativ terapeutisk posisjonering idet at alle påstander som postulerer mening anses som fortolket (ibid). Narrativ terapi som begrep ble først tatt i bruk av White og Epston i midten av 80-tallet (ibid).

White og Epston går inn for en tilnærming til psykoterapeutisk arbeid som bygget på ideer om relasjonell og kontekstuell forståelse av mennesket, og et anti-individualistisk syn på mennesker og relasjoner (Madigan, 2011). Narrativ terapi omtaler seg selv som poststrukturalistisk, idet den anser seg som forbundet med teoretikere som tar et oppgjør med modernistiske ideer om dypere bakenforliggende sannheter som kan vitenskapelig defineres (ibid). Jeg vil i det følgende redegjøre for noen av de sentrale teoretikere narrativ teori har hentet sine ideer fra.

Gregory Batesons aksentuerte de dobbelte beskrivelsers figur, idet han forfektet at det alltid kan, og alltid skal fortelles en annen historie enn den dominerende. En enkelt beskrivelse gir ingen dybde, ingen perspektiv i fortellingen og beskrivelsen (Bateson, 1980). Narrative teoretikere har imidlertid moderert den systemiske metafor, ved å fremme synet på familien som en konkret kulturell diskursiv og praktisk enhet som skaper av subjektivitet gjennom handlinger. Den vurderes som både materiell, og ikke-materiell på en gang, som alle andre begivenheter over tid (White & Lindegård Henriksen, 2006). Det narrative fagmiljøet tar avstand fra narrativ terapi som systemisk, og i boken "The Beginners Guide to Counselling and Psychotherapy" beskrives narrativ terapi som en konstruktivistisk tilnærming sammen med NLP¹⁴ og løsningsfokusert tilnærming¹⁵ (Palmer, 2015).

Narrativ teori har også hentet andre sentrale ideer fra Foucault. Inspirert av Nietzsche hevdet han at kroppen er fanget i en rekke styringsformer som danner den. Språket, diskursene og praksisene som er knyttet til disse styringsformene er derfor uttrykk for maktinteresser (Foucault, 2001). En diskurs kan betegnes som konstituerende i vår samhandling med andre (Øfsti, 2010). Diskurser kan defineres som, hvem vi er, hvordan vi oppfatter verden og oss selv, gitt de omstendighetene vi befinner oss i, og de diskursene som er tilgjengelige i vår kontekst (Davies & HarrÉ, 1990). Diskursbegrepet er nyttig i en terapeutisk kontekst, da det henleder oppmerksomheten mot hvordan språket brukes intensjonelt, og hvordan diskusjoner og mening er en språklig handling (Øfsti, 2010). Foucault interesserte seg for de ord, uttrykk, begreper, setninger og praksiser, som utspiller seg i alle epoker og i alle liv. Han anså dette som et uttrykk for en livsform og et språkspill (Foucault, 2001). Den moderne makten betegnes som en alltid tilstedeværende panoptikal, selovervåkende og diskursiv makt, som inneholder regler for normalitet og krav til mestring (ibid). Som tidligere nevnt anses makt som verken positivt eller negativt, men som produktivt. Der makt finnes, vil det alltid være mulighet for motmakt. Slik ingen beskrivelse er total, er heller ingen makt total (ibid).

¹⁴ NLP, nevrolingvistisk programmering. Beskrives som en moderne innfallsvinkel til hvordan man kan endre overbevisninger, strategier og mønstre til noe man vil oppnå (Palmer, 2015)

¹⁵ Løsningsfokusert tilnærming, utviklet av Steve de Shazer og Insoo Kim Berg (De Jong, Berg, & Ystanes, 2005)

Psykologen Jerome Bruner har vært en annen sentral inspirasjonskilde for narrativ teori. Han lanserte ideen om at det i vår seleksjon av historier vi forteller om oss selv, alltid vil være følelser og livserfaringer som utelates fra den dominerende fortellingen. Narrativ terapi tar i bruk litterære analogier, med den sentrale forestillingen om at det er de historiene mennesker forteller og bærer om deres liv, som fastsetter meningen de tilskriver sine liv (Bruner, 1999).

Bruners forestillinger ble av Epston og White anvendt som signifikant bakteppe, i arbeidet med å omskrive samtaler med mennesker som kom i terapi til dem. De erfarte at mennesker så ut til å søke terapeutisk hjelp når narrative de fortalte eller var en del av, ikke representerte deres livserfaring, og når grunnleggende aspekter av deres erfaring motsa egne dominante narrativer. Narrativ terapi betegner en klient som en person som bringer med seg sine særskilte begreper, forståelsesrammer og historier inn i terapirommet. Disse begreper, forståelsesrammer og historier utøver makt over klientens fortelling om sitt konkrete og kroppslige liv. Denne makten er det narrativ terapi retter sin interesse mot. Praksis i narrativ terapi er derfor opptatt av subjektets konkrete konstituering gjennom de mangfoldige og kryssende trådene som et liv spinnes av. Fokus er rettet mot de identitetskonklusjonene personer etablerer om seg selv, og det mangfoldet av stemmer som alltid befinner seg i hvert enkelt menneskes liv.

Epston og White oppdaget at de gjennom eksternalisering av problemet, bistod personen i å skille seg fra de problem-mettede beskrivelsene av historiene. Personene begynte da å identifisere tidligere forsømte og underkommuniserte aspekter av deres livserfaring som stod i motsetning til den dominerende historien (Madigan, 2011). Eksternaliserende samtaler er en sentral metodisk tilnærming i narrativ terapi, og retter oppmerksomheten mot effekten et problem har på klientens liv og relasjoner (ibid).

Epston og White erfarte også at mennesker hadde en hang til å respondere på spørsmål ved å generere identitetskonklusjoner knyttet til velkjente strukturalistiske identitetskategorier som behov, motiver, attributter, trekk, styrker, mangler, ressurser, egenskaper, karakteristikk, drivkraft og liknende (Madigan, 2011). De vurderte disse kategoriene som lite virksomme for å skape kunnskap om hvordan livet skulle

leves. De ønsket snarere å gi mennesker mulighet til å generer identitetskonklusjoner fundert i nonstrukturalistiske identitetstermer knyttet til begreper som intensjon og mening, verdier og trossett, håp, drømmer og visjoner (ibid).

Med bakgrunn i dette utviklet Epston og White ulike terapeutiske kart for bruk i terapeutisk arbeid. Spørsmålene ble rettet mot en eksternalisering, ved at klienten ble bedt om å navngi problemet sitt. Effekten av det nevnte problemet ble så utforsket ved at klienten ble bedt om å evaluere problemets innflytelse på deres liv.

Eksternaliseringen ble videre arbeidet med ved at klienten ble invitert til å utforske sine verdier, ønsker og håp for eget liv. Disse ble så sammenliknet med problemets intensjoner med klientens liv (Madigan, 2011).

5.4 Narrativer som forbinder det personlige og det profesjonelle i terapeutens praksis, i henhold til Per Jensens forskning

I sitt doktorgradarbeid, ”The Narratives Which Connect” fra 2008, studerer Per Jensen, professor i familieterapi hvordan narrativer fra terapeuters personlige liv kan ha forbindelse til deres kliniske praksis (Jensen, 2008). Jensen plasserer seg i en sirkulær epistemologi, og er blant annet inspirert av ideer hentet fra Gregory Bateson (ibid). Gjennom dette arbeidet bringer han inn et tema i psykoterapiforskningen som lenge har vært utforsket. Jensen hevder at det er en sammenheng mellom manglende interesse for denne tematikken kan være knyttet til at evidensbasert forskning og praksis har fått en dominerende plass i terapeutisk arbeid. I terapeutisk arbeid fundert i evidensbasert metode, anses terapeutens private og personlige liv som et lite interessant område for utforskning (Jensen, 2008).

Funn i Jensens arbeid peker på at familieterapeutisk praksis og terapeuters personlige liv kan anses å gjensidig influere hverandre (Jensen, 2008). Han hevder også at terapeuters private og personlige erfaringer tidvis utgjør hovedrammeverket når de forsøker å gi mening til sekvenser i familieterapeutisk praksis (ibid). Dette rammeverket betegner Jensen som ”*den høyeste kontekst*”. Bateson definerer kontekst som det mentale og psykologiske rammeverket som gir mening til et fenomen (Bateson, 1980). En kan derfor anta at det kan finnes ulike kontekster, og at disse kan tilby ulik mening til den samme situasjonen. På denne måten kan terapeuter ha flere

mulige kontekster å fortolke et fenomen innenfor. Konteksten som gis prioritet kan betegnes som ”den høyeste kontekst”, den som gis forrang i øyeblikket (Jensen, 2008). Jensens funn indikerer at også erfarne terapeuters kliniske arbeid kan bli influert av personlige og private verdier og anskuelser, som terapeuten normalt ville forsøke å holde utenfor det profesjonelle arbeidet. Informantene som var knyttet til Jensens forskningsarbeid, uttrykte forbauselse over dette, da de ble gjort oppmerksomme på fenomenet. Dette kan tyde på at disse aspektene ved terapeutisk praksis er lite språkliggjort eller tilgjengelig som erkjennelse hos terapeuten selv.

Jensens utarbeidet i forbindelse med sitt prosjekt *et relasjonelt resonanskart*. Dette ble utviklet som et bidrag til å øke forståelsen av praksis med hensyn til profesjonelles private og personlige erfaringers innvirkning på profesjonelt arbeid (Jensen, 2008). Han plasserer relasjonell resonans i tre ulike kategorier. Gjensidig resonans er knyttet til en prosess i en faglig sammenheng der hjelperen deler en felles forståelse hentet fra private og personlige livserfaringer med en klient. Denne kan anta en form som støttende eller utfordrende. Gjensidig dissonans viser til en prosess i en faglig sammenheng der terapeuten ikke er i stand til å ta imot klientens fortellinger, eller får assosiasjoner til ubearbeidede historier fra egne private og personlige erfaringer som blir stående i veien for kontakt og allianse med klienten. Faglig kolonialisering beskrives som en form for uheldig eller undertrykkende resonans. Den betegner en prosess i en faglig sammenheng hvor den profesjonelle benytter sin makt til å påvirke eller styre en klient i en bestemt retning eller til handlinger som den profesjonelle har hentet fra egne private og personlige erfaringer (Jensen, 2008).

5.5 Den språklige vendingen i terapi, i henhold til Anne Kyong Sook Øfsti's litteratur

Anne Kyong Sook Øfsti presenterte i 2008 sitt doktorgradsarbeid i familieterapi, ”Some Call it Love”. I tillegg til å være forfatter, arbeider hun som førsteamanuensis ved Diakonhjemmet høyskole. I sin bok ”Parterapi. Kjærlighet, intimitet og samliv i en brytningstid” fremmer hun flere sentrale aspekter knyttet til familiterapeutisk praksis (Øfsti, 2010). Hun hevder at språklige forestillinger påvirker terapeutiske idealer. Oppgjøret med forståelsen av språk som nøytralt og passivt omtales som den språklige vendingen i samfunnshistorien, og er knyttet til postmodernisme,

postrukturalisme og sosialkonstruksjonisme (Øfsti, 2010). Sentrale begreper knyttet til den språklige vendingen er Wittgensteins ideer om språkspill, Foucault og Derridas perspektiver på språk som aktivt konstruerende for det som anses som sant og riktig, diskursiv makt, og ideer knyttet til terapi som dekonstruksjon (ibid). Konsekvensene av en slik språklig vending er en bevegelse fra å anse terapi som ensidig opptatt av det som foregår i hodene og hjertene til mennesker, til å se hvordan ulike narrative posisjoner klienter velger og bruker, og hvordan disse har en konstituerende effekt på deres forståelse av seg selv og virkelighet (Øfsti, 2010).

Diskursbegrepet er sentralt i denne sammenheng, og det tar utgangspunkt i en forståelse av språk som konstituerende for hvordan vi forstår verden og det sosiale livet (Øfsti, 2010). Det viser til språket som intervensjonerende i det vi kaller virkelighet, og ikke som en avspeiling av virkelighet (ibid). Diskurser kan defineres som at hvem vi er og hvordan vi forstår virkelighet og oss selv, er avhengig av den konteksten vi befinner oss i, og de diskursene som er tilgjengelige i denne konteksten (ibid). Dette kan forstås som at vi alle snakker, føler og handler ut fra diskurser, og sannheter vi tar for gitt (ibid).

I følge Øfsti er diskursbegrepet nyttig, da det trekker oppmerksomheten mot hvordan språket anvendes intensjonelt, og hvordan diskusjoner og mening utgjør en språklig aktivitet (ibid). Dekonstruksjon er et sentralt begrep knyttet til diskurser. I denne konteksten viser betegnelsen til en praksis der forestillinger analyseres, for å oppdage og gjenkjenne de underliggende og implisitte meninger knyttet til et fenomen (Øfsti, 2010). Dekonstruksjon er også et kjent begrep og praksis innenfor narrative og postmoderne retninger, som er opptatt av hvordan problemer blir ansett som narrative konstruksjoner forankret i diskursive praksiser (White, 1991).

Øfsti peker på at det å anse at vi handler med språk, gir muligheter til å utvide det terapeutiske handlingsrommet, og kan tilføre en økt forståelse av hva språk i bruk representerer (Øfsti, 2010). Searle hevder at å snakke et språk, er å utføre en språkhandling (Searle, 1995). Språkhandlinger kan anses som direkte eller indirekte handlinger. I direkte språkhandling er det samsvar mellom formen og funksjonen til utsagnet, som når man gir en beskjed (Øfsti, 2010). Indirekte språkhandlinger er

anvendt i henhold til konvensjoner, og er knyttet til den gitte konteksten og språkbrukerens intensjoner (ibid).

Hun problematiserer også postmoderne terapiformer, med anknytning til terapeuter som Tom Andersen og Harlene Anderson, som vektlegger terapi som bevegelse, sansing og intusisjon, og uttrykker usikkerhet på hva terapi skal inneholde dersom terapeuter ikke posisjonerer seg i forhold til modeller (Øfsti, 2010).

6. DRØFTING/ REFLEKSJONER OMKRING KATEGORIENE

I dette kapittelet vil jeg forsøke å tydeliggjøre noe av det jeg tolker som implisitte temaer i materialet, i forbindelse med arbeidet knyttet til de konstruerte kategoriene, teoretiske perspektiver, og mine memos. Jeg har valgt å drøfte temaer jeg anser kan bidra til å gi noen utvidende perspektiver på terapeuters forståelse av seg selv i rollen som terapeut, og hvordan det å bruke seg selv kan forstås i en sosialkonstruksjonistisk epistemologi. Temaene er utvalgt med bakgrunn i at de anskueliggjør interessante, paradoksale, og overraskende forbindelser i materialet.

6.1 Kategori 1 Narrativer om personlig prosess og betydningen av metode

Øfsti uttrykker at de viktigste og kanskje vanskeligste spørsmålene i livet viser seg i sitt fravær (Øfsti, 2010). Jeg anser det derfor som interessant at tre av informantene i dette prosjektet peker på behovet for metode, når jeg stiller dem spørsmål om hvordan de opplever å bruke seg selv. Dette kan tolkes som en aksentuering av metode som sentralt i terapeutisk arbeid, men det kan også forstås som at terapeutens rolle i terapi anses å ha en implisitt og skjult funksjon som anses krevende å språkliggjøre.

Vi kan vanskelig betrakte oss selv utenfra, men vi har anledning til å gjøre oss kjent med hvilke dominerende diskurser vi anser oss preget av, hvilke verdier vi identifiserer oss med, og hvordan vi posisjonerer oss med hensyn til epistemologi. Taushet omkring dette temaet, kan medføre skjult makt, slik det fremkommer av Foucault (Foucault, 2001), og faglig kolonialisering, som beskrevet av Jensen (Jensen & Ulleberg, 2011). Det å la den innflytelse som personlige anskuelser og punktueringer utgjør, forbli implisitt, kan tolkes som utfordrende i en sosialkonstruksjonistisk epistemologi. Tausheten omkring disse temaene kan anses å bidra til å opprettholde reduserende narrativer for de menneskene vi møter i terapirommet og skjule maktaspektet i terapi. Som Baldwin påpeker, så kan vi som terapeuter ikke velge å være en del av arbeidet vårt, eller ikke, men vi kan velge å være bevisste, eller ikke (Baldwin, 2013).

Slik jeg forstår informantenes uttalelser knyttet til deres egen rolle, så strever de med å sette ord på hvilken innflytelse deres narrativer har i terapeutisk arbeid. Som forsker i dialog med informantene har jeg også hatt vanskeligheter med å finne ord som

kunne belyse temaet. Allerede i første intervju kjente jeg på et udefinerbart ubehag ved at samtalen antok en form, ledet av meg, som i stor grad rettet seg mot reduksjonistiske beskrivelser knyttet til begreper som egenskaper og ferdigheter. Som forsker kjente jeg på en frustrasjon over å ikke ha integrert begreper som kunne beskrive mennesket i relasjon. Følelsen av å ikke lykkes med å finne begreper som kunne fange det jeg lurte på, gjorde meg usikker på meningen med prosjektet mitt. Jeg er selv en del av en sterkt strukturell og normativ livsverden, hvor virkeligheten beskrives ut fra begreper som rett og galt, stygt og vakkert, sant og usant. Min måte å bruke språk på har i stor grad vært preget av en forståelse av språk som beskrivende, fremfor språk som konstituerende (Wittgenstein). Det var først et stykke ut i arbeidet med dette prosjektet at min egen reduserende og strukturelle språkliggjøring ble synlig for meg.

Dette kan betraktes som et språklig problem. Språket vårt kan forstås som preget av strukturelt og modernistisk tankegods, og bærer derfor i stor grad preg av reduksjon. Dersom jeg som forsker, tidligere i prosessen, hadde antatt en eksternaliserende tilnærming til dette temaet, i henhold til narrativ teori, ville utfallet av dette prosjektet antatt en helt annen form. I en sosialkonstruksjonistisk epistemologi vil på en måte alle beskrivelser av et fenomen innebære en reduksjon, da vi ikke omtaler noe slik det *er*, men slik det *fremstår* for oss. Wittgenstein hevder at det ikke finnes tydelige forbindelser mellom ordet ”smerte” og det fenomenet ordet henviser til (Wittgenstein, 1953). Dette kan anses som en bevegelse fra å anse språk som *beskrivende*, til å forstå språk som *konstituerende*.

I arbeidet med denne kategorien opplevde jeg at flere ideer, muligheter og paradokser kom til syne, og fanget min interesse. Informantens fokus på metode, hadde jeg ikke forventet at skulle bli et sentralt tema. Det fremsto også som interessant for meg at informantene hadde et så sterkt engasjement for temaet, samtidig som det viste seg krevende å konstruere meningsfulle beskrivelser i anknytning til å beskrive hvordan de bruker seg selv i terapi. Ulikhetene knyttet til fortellinger om personlige prosesser, overrasket meg og utfordret ideene jeg hadde om dette i forkant av prosjektet.

Jeg hadde en forforståelse av at informantene ville aksentuere viktigheten av personlige prosesser, i mye større grad enn det som fremkom av materialet. Synliggjøringen av det som kan tolkes som implisitte forbindelser mellom terapeuters personlige erfaringer og deres preferanser med hensyn til metode opplevdes som spennende. Jeg tolket det også som en interessant kontradiksjon når en av informantene tydelig posisjonerte seg innenfor en systemisk tradisjon, og likevel omtalte sin identitet som tredelt.

Terapeutisk utdanning som personlig paradigmeskifte

Det informantene forteller knyttet til personlig prosess kan forstås som et paradigmeskifte, i form av en endring i forståelse av mennesker i relasjon. Alle informantene uttrykker at den systemiske forståelsen av relasjonelle prosesser var av sentral betydning for nye perspektiver på rolleforståelse eller selvforståelse. Innflytelsen en slik erkjennelse kan få, kan vise til en synliggjøring av at mellom-menneskelige relasjoner først og fremst forstås som gjensidig influerende (Jensen). En sentral ide innenfor systemisk tenkning er at det ikke finnes en observerende posisjon i arbeid med mennesker, men at terapeuten alltid vil være en del av systemet (Jensen & Aspelien). Denne endringen i anskuelse kan forstås som en epistemologisk forskyvning. En slik erkjennelse vil medføre en anerkjennelse av at vi som terapeuter ikke omtaler et fenomen slik det er, men slik det fremstår for oss.

Terapeutisk arbeid og kunnskapen som anvendes, kan ikke anses som nøytral, men er innvevd i kulturelle temaer om etikk og moral, makt og ideologier om rett og galt (Øfsti, 2010). Den enkelte terapeuts personlige erfaringer kan anses som relevante i henhold til Wittgenstein (Wittgenstein, 1953). Han betegner spekter av relasjoner, med deres ord, handlinger og gjenstander, for *livsform* (ibid). De ulike relasjonene terapeuter er en del av vil kunne anses å være knyttet til dette begrepet. Livsformer kan være familiebakgrunn, egen kjernefamilie, sosiokulturell tilhørighet og arbeidskontekst. Min punktuering på personlig prosess har forbindelser til at jeg anerkjenner ideen om at terapeuter innehar en maktposisjon i møte med klienter. Erkjennelsen av at terapeutrollen inneholder implisitte maktaspekter, kan anses å fordre at terapeuter har et forhold til sine egne diskursive ideer, sine verdier, og epistemologiske rasjonale, og disses innflytelse på terapeutrollen som konstruksjon. I et sosialkonstruksjonistisk perspektiv vil en kunne anse at disse ulike livsformene

ikke er separate størrelser, men at de har en gjensidig innflytelse på hverandre og på personene som deltar i dem. Informantene peker på ulike erfaringer de har fra ulike livsformer de er og har vært en del av, og peker på noen sammenhenger mellom disse og de punktueringene de gjør som terapeuter. En informant forteller om erfaringer med krevende familieforhold, og denne erfaringens innflytelse på interessen for å arbeide med familier. En annen informant knytter sitt ideal om å aldri gi opp i arbeid med klienter, som forbundet med erfaringen med å leve med et familiemedlem med psykiske plager.

Slik jeg ser materialet, er det ikke mulig, i særlig grad å konstruere fellestrekk ved informantenes narrativer om personlig prosess i utdanningsforløpet, da de alle gir uttrykk for ulike opplevelser av dette. Jeg tolker også deres utsagn som at det er krevende å svare på. Tre av informantene gir uttrykk for at de opplevde det systemiske perspektivet som befriende med tanke på både den profesjonelle rollen og i det private liv. En av informantene beskriver at dette har fått følger for måten hun bruker språk på, og at hun har tatt avstand fra begreper som identifiserer et problem på en individualiserende måte. Tre av dem gir også uttrykk for at de føler at de har en større grad av innsikt i sine egne tankemåter og konstitusjon. En informant forteller at bruk av video-opptak av egen praksis, og veiledning knyttet til dette, som hjelpsomt. Jeg opplever at bare en av informantene tydelig uttrykker at hennes personlige prosess har vært av avgjørende betydning for hennes narrativer om seg selv som terapeut. Informanten påpeker at dette har medført at hun i større grad identifiserer når temaer hun selv opplever som krevende, berøres i terapirommet, og at hun derfor klarer å forholde seg bevisst til dem. Disse manglende fellestrekkende ved informantenes narrativer kan være forbundet med at meningen som tillegges rollen, og diskurser knyttet til rollen er ulike. Slik Ulvenes påpeker i sitt doktorgradsarbeid, så kreves det ulike nivåer av interrelasjonell tilnærming, for ulike metodiske tilnærminger (Ulvenes & Universitetet i Oslo . Psykologisk institutt, 2013). Diskursene terapeuter er preget av med hensyn til terapi som handling og terapi som holdning, kan også anses å ha innflytelse på rolleforståelsen og betydningen av personlig prosess.

Jeg har vært usikker på hvordan jeg skal forstå dette, og jeg har gjort meg refleksjoner omkring min egen forforståelse av betydningen av personlig prosess, og hvorvidt jeg har vært influert av individualistiske ideer om at terapeuter bør arbeide med å løse

personlige dilemmaer knyttet til barndomserfaringer. Jensen viser til sin forskning, når han hevder at terapeuters private og personlige erfaringer tidvis utgjør hoveddrammeverket, *den høyeste kontekst*, når de forsøker å gi mening til sekvenser i familierapeutisk praksis (Jensen, 2008). Tre av informantene nevner at de har personlige erfaringer som har ført til valg av utdanning. Likevel opplevde jeg i dialog med informantene at dette aspektet ble tonet ned språklig, og kun nevnt i korte ordelag. Slik jeg tolker dette, så blir dette temaet liggende som en implisitt faktor, som kan minne om at jeg har nærmet meg et tabu. En av informantene sier tydelig på spørsmål fra meg om dette, at hun er usikker på hva hun skal velge å si. Dette kan tolkes som at erfaringer med vansker i egne relasjoner anses som vanskelige og tabuiserte. At personlige erfaringer anses som tabu, kan tolkes som at informanten ikke ønsker å stille seg i en sårbar posisjon, og at hun har et behov for å beskytte seg. I en forskningsintervju kan det tenkes at informantene føler seg eksponert, og dermed velger sine personlige avsløringer med omhu. Det implisitte med hensyn til personlige erfaringers innflytelse kan også gi assosiasjoner til en terapeutrolle influert av modernistiske ideer om nøytralitet og profesjonalitet. Det at personlige erfaringers innflytelse på terapeutens suksessive punktueringer ikke språkliggjøres, kan også tolkes som at personlige erfaringer ikke anses som relevante for terapeutrollen, og at terapi forstås på en instrumentalistisk måte. Det ville vært interessant å videre utforske hvordan gjenkjennelse av tematikk påvirker terapeutens punktuering, og hvordan terapeutens narrativer influerer spørsmålene hun stiller klientene. Det kan antas at når disse ideenes innvirkning på praksis ikke erkjennes som virksomme, og heller ikke er gjenstand for utforskning, står terapeuten i fare for å utøve implisitt diskursiv makt. Øfsti poengterer at diskurser kan anses som førende for hvilke historier som kan fortelles, og på hvilken måte man kan snakke om dem, i terapeutisk arbeid (Øfsti).

Utfordringene informantene hadde, med å beskrive forbindelser til personlig prosess i utdanningen, og hvor krevende dette var å svare på, kan indikere at informantene selv ikke er oppmerksomme på hvordan utdanningen har influert dem, eller at de ikke har tatt stilling til dette spørsmålet tidligere. I en sosialkonstruksjonistisk og narrativ tilnærming til terapeutens personlige erfaringer, er det ikke de personlige erfaringene per se som er interessante, men hvordan terapeuten posisjonerer seg i forhold til de personlige erfaringene. Ut i fra disse ideene kan man tenke at det er de dominerende

narrativene mennesker forteller og bærer med seg, som fastsetter den meningen de tilskriver sine liv (Bruner, 1999). Personlige erfaringer anses derfor ikke å ha betydning som et avtrykk av en virkelig erfaring, men som en foretrukket narrativ om erfaringen.

Metode som holdepunkt i arbeidet

En av diskursene jeg gjenkjente i arbeidet med denne kategorien var at metode gir trygghet. Carlson og Englar-Carlson anser teori som forløperen til enhver effektiv intervensjon, og det som viser vei til et ønsket utkomme. Uten teoretiske perspektiver kan man ende opp med å behandle et symptom uten å forstå individets rolle (Carlson og Englar Carlson, i Madigan 2011). I løpet av det andre intervjuet ble jeg interessert i informantens usikkerhet omkring egen metodiske tilnærming, og det jeg tolket som savn av metodisk og teoretisk fokus i arbeidet.

„jeg tror det er lurt på en måte, å være systematisk i sin tilnærming noen ganger og, det er der jeg føler at noen ganger at vi, jeg, ikke får gjort alt...”
(2:26)

Slik jeg tolker denne passasjen, så uttrykker informanten usikkerhet omkring sitt eget arbeid, og det hun betegner som tidvis manglende systematisk tilnærming. Hun uttaler ellers i intervjuet at hun er opptatt av å stole på seg selv og sine egne anskuelser i øyeblikket, men at hun også ofte føler at hun gjør det hun kjenner er riktig der og da. Slik jeg forstår dette, så uttrykker informanten en usikkerhet omkring denne arbeidsformen, og hun antyder at en tydeligere metodisk tilnærming ville kunne tilføre henne en større trygghet i terapeutrollen. Dette perspektivet gjenkjente jeg også i intervjuer med to av de andre informantene. En informant uttrykker at den største endringen hos henne etter utdanningen er metodisk, og en informant uttrykker at hun holder seg til metoden, når hun kjenner seg usikker. Slik jeg forstår disse utsagnene så fremstår metodisk tilnærming som en konstruksjon som er hjelpsom for terapeutene deres i arbeidet.

Øfsti problematiserer terapeutiske metoder som anser terapi som sansing og intuisjon, og uttrykker usikkerhet omkring hva innholdet i terapi skal være, dersom terapeuter ikke er opptatt av modeller, begreper og teori. Hun hevder at det ikke er tilstrekkelig

med en god og åpen samtale (Øfsti). Slik jeg forstår Øfsti, så peker hun på den implisitte maktfaktor som ligger i all språklig samhandling. Dette kan forstås som at dersom terapeuters dominerende diskurser og narrativer ikke er tydeliggjort, så vil det kunne få implikasjoner for terapiforløpet med hensyn til terapeutisk definisjonsmakt og faglig kolonialisering. Terapeutens makt i form av punktueringer og suksessive vurderinger blir i en slik kontekst usynlige, og klient-terapeut relasjonen fremstilles som en symmetrisk konstruksjon. En symmetrisk relasjon bærer preg av at deltakerne punkturerer på likhet (Jensen & Aspelien, 2009). Symmetriske terapeutiske relasjoner kan anses som illusorisk og i verste fall forførende. En terapeut-klient relasjon vil etter mitt syn alltid være preget av at terapeuten har en merkunnskap knyttet til relasjonelle temaer, og har derfor en maktrolle overfor klienten.

Som tidligere nevnt, kan man anse at teoretiske perspektiver og epistemologisk anskuelse legger føringer for terapeutisk arbeid og terapeutens forståelse av sin rolle. Teoretiske perspektiver og metodiske tilnærminger hviler på epistemologiske forestillinger som tydeliggjør hvordan vi erkjenner eksistens, hvordan vi tenker persiperer, og handler, og dermed fortolker virkelighet (Ølgaard, 2004). Konstruksjonene informantene har med hensyn til epistemologisk posisjonering fremstår for meg som implisitt og utydelig i materialet. Det kan anses å være knyttet noen dilemmaer til en slik manglende stillingstaken. Det kan slik jeg tolker det, medføre sammenblanding, forvirring og usikkerhet på flere plan. En epistemologisk posisjonering, vil kunne hjelpe terapeuten til å identifisere sentrale aspekter knyttet til sin egen rolle og det terapeutiske arbeidet.

Subjektivitet i valg av metode

Informantene viser alle til ulike erfaringer som har gitt mening til deres metodiske tilnærming i arbeidet. I arbeidet med utviklingen av denne kategorien gjenkjente jeg en diskurs som jeg anså knyttet til subjektivitet i metodisk tilnærming, den peker på at egne erfaringer gir mening til metodisk preferanse. Slik jeg forstår informantenes utsagn, så beskriver de alle ulike narrativer, som kan anses å gi mening til deres valg av metodisk tilnærming, slik denne passasjen indikerer:

”...hvis det er snakk om resonans så er det sann; jeg tåler veldig dårlig å bli avvist selv og bli... å ikke få respekt for... på en måte det jeg står for, så jeg

tror nok at kanskje det at jeg kanskje er så (streng) på akkurat det der med verdiene, det har jo med meg å gjøre.” (3:31)

Når informanten viser til at hun er opptatt av språkliggjøringen av verdier knyttet til egen arbeidskontekst, så viser hun til egne erfaringer med avvisning og å bli møtt med manglende respekt. Dette kan fortolkes som at informantens fokus på integrering av verdier på arbeidsplassen, har forbindelser til hennes egne relasjonelle erfaringer. Dette er i tråd med Jensens funn som viser at terapeuters narrativer om seg selv, gir mening til narrativer de møter i terapeutisk arbeid, og kan forbindes med terapeutens *høyeste kontekst* (Jensen, 2008). Dette kan forstås som at informantens egen konstruksjoner knyttet til avvisning, knytter seg direkte til en verdibasert praksis på arbeidsplassen.

Dilemmaet knyttet til terapi som metode og terapi som holdning har opptatt meg i løpet av studietiden, og jeg har opplevd det som vanskelig å forstå hvilken rolle jeg skal innta som terapeut, dersom kun dialogen står i fokus. Dersom terapeuten skal anses som det terapeutiske virkemiddelet, reises mange etiske dilemmaer, blant annet knyttet til diskursiv makt (Foucault, 2001) og faglig kolonialisering (Jensen & Ulleberg, 2011). Jensen beskriver indirekte faglig kolonialisering som det som oppstår når den profesjonelles egne personlige og private erfaringer influerer det daglige arbeidet på en uplanlagt og uartikulert måte (ibid). Øfsti peker på at det er når vi glemmer at de bildene vi har av virkeligheten også er konstruksjoner vi har tatt for gitt, at alternative tanker ikke så lett slipper til (Øfsti, 2010). Wittgenstein anså ord, uttrykk, begreper og praksiser som uttrykk for livsform og språkspill (Wittgenstein, 1953). En tilnærming preget av transparens i form av å ha metadialoger med klienten om dialogen, mens den pågår, kan anses å fungere forebyggende for en tilsørt maktbruk og faglig kolonialisering. Jeg anser også at en tydeliggjøring av epistemologisk posisjonering er en annen sentral faktor som vil kunne forhindre implisitt og skjult makt i terapirommet. En individualistisk epistemologisk posisjonering vil være preget av ideer om at mennesket erfarer verden, og så forsøker å uttrykke erfaringen med ord, og er knyttet til forståelsen av språket som et direkte avtrykk av en observerbar virkelighet (Gergen, 2009). I henhold til et slikt rasjonale vil et problem blir forsøkt løst gjennom en linnear logikk knyttet til årsak og virkning. En sosialkonstruksjonistisk epistemologisk posisjonering vil inngi at

virkeligheten blir tillagt mening i kraft av språk, og måten språket tas i bruk og tillegges mening i relasjonelle kontekster (Gergen, 2009). I et slikt rasjonale vil et problem anses som en språklig konstruksjon.

Alle psykoterapeutiske tilnærminger hviler på en epistemologi (Jensen & Aspelien, 2009). Konteksten informantene arbeider innenfor kan antas å gi noen retningslinjer for epistemologisk posisjonering og metodevalg. Jeg finner det interessant, at dette perspektivet fremstår som implisitt og utydelig i materialet. Jeg er derfor usikker på hvorvidt informantene anser sosialkonstruksjonisme som en abstrakt ide, eller om det har en effekt på praksis og relasjonell forståelse. Et anliggende og dilemma som reises av klinisk psykolog og narrativ psykoterapeut Victoria C. Dickerson, er nødvendigheten av at terapeuter posisjonerer seg epistemologisk. Hun skiller mellom tre ulike epistemologier; individualiserende, systemisk og poststrukturell (Dickerson, 2010). Hun hevder at man kan integrere teorier innenfor epistemologier, adaptere praksiser og noen teoretiske konsepter på tvers av teorier og epistemologier, men at det er umulig å integrere teorier på tvers av epistemologier (ibid). Ut fra sosialkonstruksjonistiske ideer, kan man anse at terapeuters epistemologiske posisjonering, og implisitte føringer som ligger i en arbeidskontekst, kan være av avgjørende betydning for hvilke narrativer de har om terapeutrollen som konstruksjon. Terapeuters narrativer om selvet i terapeutrollen vil derfor nå presenteres, og implikasjoner disse kan ha for praksis vil bli drøftet.

6.2 Kategori 2 Narrativer om selvet i terapeutrollen

Terapeuters narrativer knyttet til rollen kan anses å være tett forbundet med hvordan de posisjonerer seg i forhold til metode og epistemologi. I et narrativt perspektiv anses identitet som kulturelt, diskursivt, multifasettert, multihistorielt, kontekstuellt og relasjonelt (Madigan, 2011). En narrativ terapeut vil ut fra dette ståstedet være opptatt av å innta en de-sentrert rolle, der klienten tilbys en relasjonell kontekst som gir muligheter til å se seg selv og problemet fra multiple perspektiver (ibid). Narrativ terapi fremstår som sterkt etisk orientert, og understreker at terapeuter bør anerkjenne at de fungerer i makt- og kunnskapsdomener i arbeidet med klienter, og at det innebærer en form for sosial kontroll (Madigan, 2011).

Den konteksten terapeuten arbeider innenfor kan også antas å legge implisitte føringer for terapeutrollen. Dette aspektet fremstår som utydelig, slik jeg forstår informantene. I arbeidet med denne kategorien var det spesielt tre narrativer knyttet til terapeutrollen som fremsto som interessante for meg. Jeg vil videre drøfte hvilke implisitte posisjoneringer terapeutene kan antas å gjøre, med bakgrunn i disse narrative.

”Det hele selv”

”Som terapeut så bruker jeg jo meg, det er ikke en teknikk, eller jeg følger ikke en manual. Det er meg selv jeg bruker fullt og helt, og egne følelser og og det handler da om livet jeg lever utenfor og, utenfor terapirommet på en måte, det er ikke, jeg tror ikke på det, at jeg kan være en god terapeut og jobbe etter en manual eller bare ta på meg therapeuthatten og være det. Jeg tror at det er meg, eller at det er jeg som møter folk og at da er det på en måte, ja mitt levde liv og det jeg står i og hvem jeg er da, og det, ja. Det er det jeg møter folk med, og det er kanskje det som gjør at det funker og, ikke sant, at man er ekte da, og har et nærvær i samtalen at eh at det kanskje er det nærværet som er godt da.” (1:31)

Denne narrative konstruksjonen gav meg assosiasjoner til terapeuten som en solid, helstøpt og kongruent person. Dette idealet kan anses som knyttet til ideer om en fullendt og harmonisk terapeut, som har et avklart forhold til sine egne verdier, konstruksjoner og som erkjenner sine livsverdeners innflytelse på henne selv. Den gir også noen indikasjoner som peker i retning av mennesket som essensielt vesen, idet informanten bruker begrepet *”det er det jeg møter folk med”*. Informanten sier også tidligere i intervjuet at hun har noen *stabile trekk* som hun alltid møter klienter med. Dette kan forstås som at informanten har et slikt bilde av seg selv, og at hun tar utgangspunkt i dette narrative når hun forsøker å anta hvordan det er for andre å møte henne. Denne posisjoneringen skiller seg fra en narrativ og sosialkonstruksjonistisk forståelse, som anser mennesket som relasjonelt, kontekstuelt og anti-individualistisk. Dersom man skal støtte seg til Gergens ide om at det vi anser som sant og riktig om verden, ikke er bilder født av vår bevissthet, men snarere født av våre relasjoner, kan denne konstruksjonen tyde på at informanten har et bilde av seg selv, som hun antar

vil komme til syne i alle relasjonene hun deltar i. Denne konstruksjonen kan bli utfordret dersom informanten møter klienter som ikke anerkjenner denne konstruksjonen, eller opplever informanten på andre måter, som strider med det dominerende narrativet hun har om seg selv som terapeut. Det avgjørende blir da hvordan terapeuten håndterer en avvisning av eget dominerende narrativ.

”Det tredelte selv”

” For jeg har et privat jeg, og et personlig jeg, og et profesjonelt jeg, jeg har det. Jeg har de tre...” (3:10)

Denne narrative konstruksjonen overrasket meg veldig da den ble presentert av informanten. Den gav meg umiddelbare assosiasjoner til terapeuten som en ekspert preget av profesjonalitet og reduksjonistiske holdninger. Jeg opplevde denne informanten for øvrig i intervjuet som tydelig systemisk orientert, og denne passasjen gjorde meg forvirret. Et slikt narrativ om terapeutrollen kan antas å være knyttet til modernistiske ideer, der terapeuten anses som en endringsagent, men ikke som en medskaper av det som fremkommer i relasjon med klienter. Det kan forstås som at terapeutens rolle er å innta en distansert og vurderende holdning i arbeidet med klienter, og at dette er førende for rolleforståelsen. Denne informantens tilknytning til en normativ barnevernkontekst kan anses å legge noen premisser for denne rolleforståelsen. Det at informanten tyr til denne beskrivelsen kan tolkes som at informanten i liten grad er oppmerksom på forbindelseslinjene mellom personlige erfaringers innvirkning på praksis, eller at hun anser disse forbindelsene som lite interessant i rollen hun har. Dette kan forstås i retning av at informanten anerkjenner sin maktposisjon i barnevernkonteksten, og at hun løser dette ved å innta en rolle preget av profesjonalitet og distanse. I henhold til Jensens forskning, vil man like fullt kunne problematisere denne holdningen, med tanke på hans utsagn om at private og personlige erfaringer tidvis utgjør hoveddrammeverket når sekvenser i familieterapeutisk praksis tillegges mening (Jensen, 2008). Gjennom en slik konstruksjon kan det også antas at diskursiv makt og faglig kolonialisering ikke tematiseres eller tas stilling til, og dermed forblir skjult i praksis.

Utsagnet kan etter mitt syn også fortolkes som et uttrykk for at informanten har behov for at det er skillelinjer mellom hennes private, personlige og profesjonelle liv. Like fullt inngir dette utsagnet at terapeutrollen i denne konteksten kan anses som preget av fokus på eksterne terapeutiske ferdigheter, objektivitet og vurderinger.

I henhold til narrativ teori, kan terapeuten og dennes faglige kontekst anses som en konkret, kulturell diskursiv og praktisk enhet (Madigan, 2011). En narrativ utforskning av en tredelt identitetsposisjonering til terapeutrollen, ville kunne innebære en eksternalisering av fenomenet. Terapeuten ville også kunne bli bedt om å ta stilling til hvilke implikasjoner en slik forståelse av seg selv får for henne som profesjonell og privatperson. En eksternaliserende tilnærming til denne forståelsen, ville kunne ha bidratt til å tydeliggjøre dette narrativets implikasjoner på praksis.

”Profesjonalitet som kappe”

”...altså hva som er forskjell på det profesjonelle og det personlige så ser jeg for meg at det å være profesjonell det er på en måte ikle seg en kappe da. Utenpå mitt personlige jeg. Men jeg er fortsatt mitt personlige jeg. Jeg har bare en kappe på meg. Sånn at det ikke synes så godt (smiler og ler) for andre.” (4:4)

Denne narrative konstruksjonen gir assosiasjoner til terapeuten som rolleinnhaver eller kanskje også en superhelt. I det informanten betegner profesjonaliteten som en kappe, så tolker jeg det som at det innenfor kappen befinner seg et *”personlig jeg”*. Denne språkhandlingen kan indikere at informanten anser det menneskelige jeg som en fast medfødt personlighetsstruktur, og knytter seg til en individualistisk epistemologi. Et sosialkonstruksjonistisk perspektiv på begrepet selv, vil inngi at menneskelig forståelse konstrueres ut fra den mening det enkelte menneske tilskriver sine erfaringer (White & Lindegård Henriksen, 2006). En slik individualiserende fortolkning av mennesket kan innebære at dominerende fortellinger og diskurser ikke tillegges vekt eller verdi i terapirommet. Det kan anses at en gjennom en slik posisjonering vil kunne tilsløre andre sentrale aspekter ved menneskelig meningsdannelse. Hvis problemene mennesker kommer til terapeuten med i all

hovedsak knyttes til emosjoner og smertefulle barndomserfaringen, og dette får være det dominerende historien, vil andre narrativer som øver makt over klienten kunne forbli i skyggen. Språkspillet som terapeuten er en del av vil også her forbli skjult. Informanten bruker en metodisk tilnærming i sitt arbeid med par, hvor terapeutens rolle er å lede dialogen som foregår i parforholdet, ved å bruke en fast struktur. Dette kan i seg selv anses som førende for hvilke narrativer som slippes til i terapirommet.

6.3 Kategori 3 Resonans

Terapeutens følelse av resonans i terapirommet, og dilemmaer knyttet til håndteringen av disse, ble synlige allerede i dialogen med den første informanten. Jeg opplever at denne kategorien på mange måter skiller seg fra de to andre kategoriene, og er et tema som kanskje burde fått en større plass i denne oppgaven. Resonans kan peke på gjensidig resonans, gjensidig dissonans og faglig kolonialisering (Jensen & Ulleberg, 2011). Når dette temaet har blitt gitt rom i denne oppgaven, så er det knyttet til at jeg anser at dette temaet som vanskelig, og mettet av dilemmaer. Disse dilemmaene er spesielt knyttet til hvilken plass resonans skal få i terapeutisk arbeid, hvordan resonans skal tillegges mening, og problemer knyttet til at resonans kan brukes på en måte som både gyldiggjør, men også ugyldiggjør temaer som kommer til syne i terapeutisk arbeid. Min erfaring er at klienter ofte søker en validering og emosjonell støtte i terapeutiske samtaler, og jeg også anser dette som en viktig del av terapeutisk arbeid. Samtidig anser jeg det som sentralt at terapeutens følelser av resonans ikke blir en for dominerende faktor, da det kan medføre at terapeutens narrativer blir herskende, på bekostning av klientens. Det kan også få en innflytelse på hva som betraktes som gyldig eller ugyldig opplevelse, og medføre fare for kolonialisering. Jeg anser at terapeuters anerkjennelse av personlige erfaringers innflytelse på dominerende narrativer og diskurser, vil kunne være hjelpsomt. Dette med tanke på å regulere hvilken betydning de skal tillegges, og hvorvidt det ville være hjelpsomt å dele dem med klienten. En slik vurdering vil kreve en stor grad av klokskap og relasjonell kontekstforståelse.

Et grunnleggende spørsmål med hensyn til denne tematikken, er om vi i det hele tatt kan ta utgangspunkt i at mennesker opplever de samme tingene likt? I henhold til en narrativ tilnærming, ville terapeutens egne erfaringer anses som lite relevante for

forståelse av klientens meningsdannelse. En narrativ terapeut ville anse det som en tilrøving av makt, og at terapeutens stemme ville kunne bli dominerende i det terapeutiske arbeidet, og fortrenge klientens narrativer (Madigan, 2011). I narrativ terapi er det sentralt at alle spørsmål som rettes til klienten, har en klar hensikt, idet intensjonen med terapiformen er at klienten skal gjenkjenne sine egne dominerende narrativer og makten disse utøver på personen (White & Lindegård Henriksen, 2006). Sosialkonstruksjonistiske ideer vil også hevde at de ideene eller den resonansen terapeuter måtte oppleve i møte med et narrativ, er en konstruksjon. Hvorvidt en slik konstruksjon skal anses som hjelpsom for klienten vil derfor være knyttet til hvilke ideer terapeuten har med hensyn til betydningen av paralelle erfaringer.

Klangen av terapirommet inn i eget liv

Den gjensidige innflytelsen som terapeutenes narrativer har på deres liv og arbeid, beskrives spesielt tydelig av den første informanten i materialet. Hun hevder at arbeidet hennes som terapeut, ikke medfører at hun er en bedre mor, venn eller kone. Hun sier også at hun tror at hun kanskje hadde vært en bedre versjon av seg selv dersom hun hadde hatt et annet yrke. Hun uttaler ellers i intervjuet, at hun tidvis opplever terapeutvirket som overveldende og komplekst. Denne uttalelsen festet jeg meg ved, og den vekket min nyssgjerrighet, da den stod i kontrast til mine egne forestillinger om terapeutrollens innflytelse på eget liv. Min egen forståelse er knyttet til ideer om at min yrkesrolle tilfører mine personlige relasjoner mye, og at den har innflytelse på hvordan jeg håndterer dilemmaer og konflikter i mitt eget liv. Disse uttalelsene kan antas å være knyttet til at informanten ikke har lykket med å knytte meningsfulle narrativer til terapeutrollen, slik Jensen beskriver (Jensen). En av de andre informantene uttrykker at hun ofte kan oppleve dialoger med klienter som personlig givende og meningsfylt, og kan anses å ha lykket med å anknytte meningsfulle narrativer til sin praksis.

Klangen av eget liv inn i terapirommet

En annen informant forteller om en episode, der hun ikke klarer å møte narrativet som presenteres i terapi, fordi hun står i en egen situasjon som hun betrakter som verre. Denne opplevelsen kan fortolkes som et eksempel på gjensidig dissonans, det terapeuten ikke lykkes med å ta imot klientens historie på grunn av at hennes personlige situasjon hindrer kontakten og alliansen mellom klienten og terapeuten

(Jensen & Ulleberg, 2011). Informanten beskriver denne opplevelsen som en erfaring hun har tolket som en gjensidig dissonans, og som har lært henne mye om personlige narrativers innflytelse i terapeutisk arbeid. vilkår, og derigjennom også ved menneskelig systemer og samhandling. Valget i følge dem blir derfor metodologisk, om fokus skal rettes mot et system som et kommunikasjons-system, et maktsystem, et språkssystem eller et emosjonelt system. Det interessante for meg med hensyn til resonans som tema, er måten terapeuter posisjonerer seg i forhold til dette. Informantene gir ikke tydelig uttrykk for at de ofte tar i bruk resonans i det terapeutiske arbeidet. En informant forteller at hun gjør det når hun føler at det passe. Slik jeg ser det, er det viktig at følelser av resonans behandles med nyssgjerrighet, og at det ikke fører til kolonialisering.

Personlige erfaringer som taus kunnskap

Med hensyn til personlige erfaringer som taus kunnskap, forteller en av informantene at hun selv har personlig erfaring med krevende familieforhold, og at hun tidvis opplever å møte narrativer i terapi som minner henne om egne opplevelser. Hun uttrykker at hun ikke forteller om denne forbindelsen, eller avslører den på noe vis, og sier at det er klienten som står i fokus. Det interessante med en slik parallell, er hvilken innflytelse den får på terapeutens punktueringer, og hvilke spørsmål hun velger å stille med bakgrunn i denne implisitte håndteringen av erfaring. I følge Jensen (Jensen, 2008) vil en slik erfaring kunne utgjøre terapeutens høyeste kontekst, og legge føringer for fortolkning av narrative som presenteres. Dersom erfaringene er utydelige for terapeuten, kan hun stå i fare for faglig kolonialisering. Et bevisst forhold til erfaringen kan medføre at terapeuten erkjenner egen konstruksjon som parallell, men likevel ulik klientens. Terapeutens håndtering av resonans og personlige erfaringer, kan derfor anses å være knyttet til erkjennelser omkring egne livsverdeners effekt på punktuering og meningsdannelse. Det kan også anses som knyttet til epistemologisk ståsted og metodiske preferanser med hensyn til resonans som fenomen.

7. AVSLUTNING

I dette siste kapittelet vil jeg oppsummere prosessen som dette mastergradsprosjektet har vært for meg. Jeg vil gjøre rede for min opplevelse av prosjektet, og hvordan jeg har erfart at prosjektet har utviklet seg, sett i sammenheng med mitt utgangspunkt ved oppstart. Jeg vil også redegjøre for hvilke ideer jeg har opplevd som berikende og opplysende for meg selv.

Dette prosjektet hadde sitt utspring i et sterkt personlig engasjement, og veien frem til et ferdig produkt har vært krevende og utfordrende, men også befriende. Gjennom mitt samspill med informanter, teori, veileder og skrivearbeid, har nye refleksjoner og tydeliggjøring av emnet trådt frem. Mye av utgangspunktet for dette prosjektet var knyttet til en interesse, men også usikkerhet, knyttet til hvordan terapeuter skal bruke seg selv. Anerkjennelsen av at den terapeutiske relasjonen anses som avgjørende for utfallet av terapi, var en drivkraft for prosjektet og en kilde til nysgjerrighet på temaet. Samtidig hadde jeg hele tiden Ulvenes prosjekt i baktankene, og de problematiske implikasjonene en for stor opptatthet av å skape trygghet i terapirommet kan få (Ulvenes & Universitetet i Oslo . Psykologisk institutt, 2013).

Arbeidet nådde et kritisk punkt, da jeg oppdaget min egen strukturelle språkbruk, og bevegelsen fra språk som beskrivende, til språk som konstituerende, ble levendegjort for meg. De sosialkonstruksjonistiske og narrative perspektivene var hjelpsomme når materialet skulle bearbeides, og bidro til at det ble mulig å språkliggjøre temaene.

7.1 Selvrefleksjon og kritisk vurdering av egen studie

Som tidligere nevnt, er materialet som er fremstilt i denne oppgaven basert på mine subjektive fortolkninger av informantenes utsagn. Selv om alle informantene samtykket til å delta i studien, så kan det tenkes at det oppleves som sensitivt å lese om tolkninger av egne utsagn i ettertid. Jeg vil understreke at sitatene jeg har anvendt, er tatt ut av sin kontekst, og at de ikke skal forstås som en representasjon for hele forståelsen av informantene.

Hele vårt språk er bygd på å navngi ting, personer og steder og dette inngir et språklig problem når fokus flyttes fra egenskaper til relasjoner og interaksjon (Jensen &

Aspelien, 2009) Gergen påpeker at det i det engelske språket finnes omkring 2000 ord som refererer til selvets indre verden (Gergen, 2009). Dette perspektivet ble tydeliggjort allerede i formuleringen av forskningsspørsmålet, og må antas å ha lagt føringer for informantenes forståelse av temaet. Forskningsspørsmålet var initielt formulert slik: ”På hvilken måte opplever terapeuter at de *bruker seg selv* og *sine egne erfaringer* i terapi”.

Jeg kom frem til at et narrativt perspektiv på denne oppgaven var nødvendig for å kunne gi mening til informantenes uttalelser om dem selv som terapeuter. Dette kan anses som en endring i premisser, og som et problematisk aspekt ved prosjektet. Det må derfor anmerkes at jeg som forsker antar at min språkliggjøring av fenomenet i deler av prosessen har lagt tydelige begrensninger i dialogene med informantene. Jeg mener likevel at jeg har fulgt idealet om transparens, og dermed tydeliggjort min tolkning, og konstruksjonen av kategorier. Dersom det narrative perspektivet hadde vært tydeliggjort fra starten av prosjektet, ville jeg som forsker, og min informanter, hatt en annen dialog enn det vi fikk.

Materialet som fremkom av intervjuene kan også anses å være preget av den semistrukturerte formen. Intervjuguidene hadde fire til fem spørsmål som ramme for intervjuet, og spørsmålene var formulert på en måte som tillot mange ulike tilnærminger. Dette kan anses å ha gjort det vanskelig for informantene å gi meningsfylte beskrivelser av hvordan de opplever seg selv i terapi. Spørsmål knyttet til epistemologisk posisjonering, er et av spørsmålene jeg mener burde ha vært tydelig formulert i intervjuguiden.

Det at spørsmålene mine er knyttet til anskuelser, og dermed noe løsrevet fra praksis, kan anses å ha vanskeliggjort informantenes refleksjoner om temaet. Det anføres likevel at informantene fikk spørsmål i intervjuene, som rettet seg mot å knytte ideene som fremkom, til erfaringer fra praksis.

Informantene har ikke blitt gitt muligheten til å lese gjennom kategoriene jeg har konstruert, og de har dermed ikke validert dem i forhold til innholdet og fortolkningene. Dette anses som en ytterligere svakhet ved prosjektet.

7.2 Oppsummering av forskningsspørsmål og funn

Arbeidet med denne undersøkelsen har etter mitt syn gitt noen utvidende perspektiver til forskningsspørsmålet:

”Hvilke narrativer har terapeuter om det å bruke seg selv i terapi?”

Jeg oppfatter at kategoriene jeg har konstruert, gir en utvidet forståelse av terapeuters narrativer om det å bruke seg selv i terapi. Terapeutenes narrativer knyttet til personlig prosess i utdanningen, og ulikhetene med hensyn til forståelse av dette, kom godt frem. Tabuer knyttet til personlige erfaringer, og disses innflytelse ble også synliggjort. Som tidligere nevnt i oppgaven, så er ikke erfaringene i seg selv interessante, men innflytelsen disse får på praksis kan anses å være av interesse. Dette spesielt med tanke på Jensen forskning, og resultater knyttet til personlige erfaringer som terapeuters høyeste kontekst (Jensen). Dette fremsto etter mitt syn som implisitt og utydelig i materialet, og det overrasket meg at betydningen av personlig prosess var så nedtonet.

Det at metode fikk en så sentral plass i materialet, var forbauset meg, da jeg ikke hadde forutsett at dette ville bli tydeliggjort som tema. En av diskursene som kom til syne i arbeidet med materialet kan formuleres slik: *”Personlige erfaringer gir mening til valg av metode”*. Jeg tolket det som at informantenes erfaringer fra eget personlige liv har innflytelse på hvilke metoder og teroretiske tilnærminger de opplever seg mest knyttet til. Dette var forbindelser som ble synlige i intervjuene. En annen diskurs knyttet til metode, som kom til syne i arbeidet med materialet kan formuleres slik: *”Metode gir trygghet i arbeidet”*. Informantenes utsagn knyttet til betydningen av metode, peker i retning av at metode tilbyr en struktur og et rammeverk som bidrar til at terapeutene føler trygghet i rollen. Fra en av informantene blir det tydelig uttrykt at mangelen på metodisk struktur, medfører usikkerhet på eget arbeid.

Flere faktorer kan anses som sentrale for terapeuters narrativer knyttet til det å bruke seg selv i terapi. Konteksten terapeuten arbeider innenfor kan anses å ha avgjørende betydning for forståelse av rolle, og bruken av metoder. En kontekst tilknyttet barnevernsfeltet, vil legge noen implisitte føringer for forståelse av å bruke seg selv, enn andre mer fristilte terapeutroller. En annen sentral faktor, som fremstår som

utydelig og implisitt i materialet, er den enkelte terapeuts epistemologiske posisjonering. Ut fra deres utsagn, kan det tolkes at tre av informantene posisjonerer seg innenfor en systemisk epistemologi. Det fremkommer likevel en del uttalelser som ikke er i tråd med en slik posisjonering. Dette kan tolkes som at den epistemologiske posisjoneringen er utydelig, eller implisitt. Det kan også synliggjøre i hvor stor grad mange av oss er influert av modernistiske og strukturelle forståelser. Informantene forteller alle om episoder som viser til gjensidig influerende narrativer knyttet til sitt arbeidsliv og privatliv. For noen av informantene er denne forbindelsen tydelig, mens for andre fremstår den som mer implisitt.

Disse funnene kan gi noen ideer til praksisfeltet. De personlige erfaringers innflytelse på punktuering i praksis, kan anses som et område det ville være nyttig å fokusere på, både i utdanningen av terapeuter, men også ute i praksis. En annen faktor som kan anses som nyttig, er synliggjøringen av epistemologisk posisjonerings betydning for praksis. Å tydeliggjøre epistemologi og metode i praksis kan ut fra denne oppgavens kategorier, anses som et viktig bidrag til praksisfeltet. Spesielt med tanke på terapeuter som arbeider alene, eller fristilt fra terapeutiske fagmiljøer. Metodens signifikante rolle som rammeverk for terapeutisk arbeid har kommet klart frem i dette arbeidet.

7.3 Framtidige forskningsmuligheter

Personlige erfaringers innflytelse på punktueringer i terapi kan tenkes å være svært vanskelig å språkliggjøre, uten at man tar i bruk reduksjonistiske og essensialistiske begreper. Jeg anser at dette temaet kunne vært bedre utforsket ved filming av klinisk praksis, og analyse av materialet.

I forbindelse med intervjuene av informantene kom det gjentatte ganger frem fortellinger om at terapeutene selv hadde opplevd å bli overveldet av narrativer som ble presentert i terapeutisk arbeid. Dette anser jeg hadde vært et interessant tema for videre utforskning.

Litteraturliste

- Barnevernet i Norge (2000).
- Andersen, T., Bøgeskov, T., & Thomsen, H. (2005). *Reflekterende processer : samtaler og samtaler om samtalerne* (3. udg. ed.). [København]: Dansk Psykologisk Forl.
- Baldwin, M. (2013). *The use of self in therapy* (3rd ed.). New York, NY: Routledge.
- Bateson, G. (1980). *Mind and nature : a necessary unity*. Toronto: Bantam Books.
- Berger, P. L., & Luckmann, T. (1966). *Den samfundsskabte virkelighed : en videnssociologisk afhandling* (3. opl. ed.). [København]: Lindhardt og Ringhof.
- Bjørøy, A. (2012). Konstruksjon og dekonstruksjon av livssyn i terapi : en studie av terapeuters refleksjoner om livssyns' innflytelse på hvilke spørsmål som stilles i narrativ terapi / elektronisk ressurs (pp. 80 s.). [Oslo]: Bjørøy.
- Bruner, J. S. (1999). *Mening i handling*. Århus: Klim.
- Carroll, L. (1990). *Alice in Wonderland*. London: New Orchard Editions.
- Charmaz, K. (2006). *Constructing grounded theory : a practical guide through qualitative analysis*. London: Sage.
- Christoffersen, S. A. (1999). *Etikk, eksistens og modernitet : innføring i Løgstrups tenkning*. Oslo: Tano Aschehoug.
- Dallos, R., & Vetere, A. (2005). *Researching psychotherapy and counselling*. Berkshire: Open University Press.
- Davies, B., & HarrÉ, R. O. M. (1990). Positioning The Discursive Production of Selves, *Journal for the Theory of Social Behaviour* Volume 20, Issue 1. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 20(1), 43-63. Retrieved from: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1468-5914.1990.tb00174.x/abstract>
- De Jong, P., Berg, I. K., & Ystanes, O. (2005). *Løsningsskapende samtaler*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Derrida, J., & Gundersen, K. (2006). *Dekonstruksjon : klassiske tekster i utvalg* (pp. 181 s.).
- Dickerson, V. C. (2010). Positioning oneself within an epistemology: refining our thinking about integrative approaches. *Fam Process*, 49, 349-368.

- Duncan, B. L. (2010). *The Heart & soul of change: delivering what works in therapy* (2nd ed. ed.). Washington, D.C: American Psychological Association.
- Foucault, M. (2001). *Madness and civilization : a history of insanity in the age of reason*. London: Routledge.
- Gadamer, H.-G., & Holm-Hansen, L. (2010). *Sannhet og metode : grunntrekk i en filosofisk hermeneutikk*. Oslo: Pax.
- Gergen, K. J. (1997). *Virkelighet og relationer : tanker om sociale konstruksjoner*. København: Dansk psykologisk forlag.
- Gergen, K. J. (2009). *An invitation to social construction*. Los Angeles: SAGE.
- Glaser, B. G., & Strauss, A. L. (1967). *The discovery of grounded theory : strategies for qualitative research*. New York: Aldine de Gruyter.
- Goodman, N. (1978). *Ways of worldmaking*. Hassocks, Sussex: Harvester Press.
- Haley, J. (1976). *Problem-solving therapy*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Halvorsen, K. (2008). *Å forske på samfunnet : en innføring i samfunnsvitenskapelig metode* (5. utg. ed.). Oslo: Cappelen akademisk forlag.
- Jensen, P. (2008). The Narratives which connect...: a qualitative research approach to the Narratives which connect therapists' personal and private lives to their family therapy practices (pp. XI, 254 s.). London: University of East London.
- Jensen, P., & Aspelien, H. (2009). *Ansikt til ansikt : kommunikasjons- og familieperspektivet i helse- og sosialarbeid* (2. utg. ed.). Oslo: Gyldendal akademisk.
- Jensen, P., & Ulleberg, I. (2011). *Mellom ordene: kommunikasjon i profesjonell praksis*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Kant, I. (2005). *Kritikk av den rene fornuft [Pax filosofi]* (pp. 736 s.).
- Kvale, S., Brinkmann, S., & Torhell, S.-E. (2009). *Den kvalitative forskningsintervju* (2. uppl. ed.). Lund: Studentlitteratur.
- Madigan, S. (2011). *Narrative therapy* (1st ed.). Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Malterud, K. (2003). *Kvalitative metoder i medisinsk forskning : en innføring* (2. utg. ed.). Oslo: Universitetsforl.
- Miller, J. (1993). *The passion of Michel Foucault*. New York: Simon & Schuster.
- Minuchin, S., & Fishman, H. C. (1990). *Livets dans : familjeterapeutiska tekniker*. Stockholm: Wahlström & Widstrand.

- Norcross, J. C., & Lambert, M. J. (2011). Psychotherapy relationships that work II. *Psychotherapy (Chic)*, 48(1), 4-8. doi: 10.1037/a0022180
- Olkowska, A., & Høgskolen i Oslo og Akershus . Institutt for sosialfag. (2012). Familieterapeutens personlige historier og erfaringer i familieterapi : på jakten etter X-files / elektronisk ressurs. Oslo: Høgskolen i Oslo og Akershus.
- Palmer. (2015). *The beginner's guide to counselling and psychotherapy* (2nd edition. ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Peeters, B., & Brown, A. (2013). *Derrida : a biography*. Cambridge: Polity press.
- Reichelt, S., & Rønnestad, M. H. (2011). *Veiledning i psykoterapeutisk arbeid*. Oslo: Universitetsforl.
- Roccatagliata, G. (1986). *A history of ancient psychiatry*. New York: Greenwood Press.
- Rosenzweig, S. (1936). SOME IMPLICIT COMMON FACTORS IN DIVERSE METHODS OF PSYCHOTHERAPY *American Journal of Orthopsychiatry* Volume 6, Issue 3. *American Journal of Orthopsychiatry*, 6(3), 412-415.
Retrieved from: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1939-0025.1936.tb05248.x/abstract>
- Ryen, A. (2002). *Det kvalitative intervjuet : fra vitenskapsteori til feltarbeid*. Bergen: Fagbokforl.
- Rønnestad, M. H., & Skovholt, T. M. (2013). *The developing practitioner : growth and stagnation of therapists and counselors*. New York: Routledge.
- Satir, V., & Baldwin, M. (1983). *Satir step by step : a guide to creating change in families*. Palo Alto, Calif.: Science and Behavior Books.
- Searle, J. R. (1995). *The construction of social reality*. New York: Free Press.
- Simon, J. S. (2005). *Imago : kærlighedens terapi*. Virum: Dansk psykologisk forlag.
- Thagaard, T. (2009). *Systematikk og innlevelse: en innføring i kvalitativ metode* (3. utg. ed.). Bergen: Fagbokforl.
- Ulvenes, P., & Universitetet i Oslo . Psykologisk institutt. (2013). Understanding affect in psychotherapy : a process study *Series of dissertations submitted to the Faculty of Social Sciences, University of Oslo*. [Oslo]: Department of Psychology, Faculty of Social Sciences, University of Oslo.
- Wampold, B. E. (2001). *The great psychotherapy debate : models, methods, and findings*. Mahwah, N.J.: L. Erlbaum Associates.

- Watzlawick, P., Jackson, D. D., & Bavelas, J. B. (1967). *Pragmatics of human communication / a study of interactional patterns, pathologies, and paradoxes*. New York: Norton.
- White, M. (1991). Deconstruction and Therapy. *Dulwich Centre Newsletter*(3), 21-40.
- White, M., & Lindegård Henriksen, O. (2006). *Narrativ teori*. København: Hans Reitzel.
- Wittgenstein, L. (1953). *Philosophical investigations*. New York,: Macmillan.
- Øfsti, A. K. S. (2010). *Parterapi : kjærlighet, intimitet og samliv i en brytningstid*. Oslo: Universitetsforl.
- Ølgaard, B. (2004). *Kommunikation og økomentale systemer : en introduktion til Gregory Batesons forfatterskab*. København: Akademisk Forlag.

Vedlegg 1

Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS

NORWEGIAN SOCIAL SCIENCE DATA SERVICES



Harald Hårfagres gate 2
N-5007 Bergen
Norway
Tel. +47-55 58 21 17
Fax. +47-55 58 96 50
nsd@nsd.uib.no
www.nsd.uib.no
Org.nr. 985 321 884

Anja Bjørøy
Enerhaugen familievernkontor
Smedgata 49, Tøyen
0651 OSLO

Vår dato: 11.10.2013

Vår ref:35561 / 3 / LB

Deres dato:

Deres ref:

TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 19.09.2013. Meldingen gjelder prosjektet:

35561

På hvilken måte opplever terapeuten at hun anvender sine egne relasjonelle erfaringer og sine personlige egenskaper i terapi

Behandlingsansvarlig

Diakonhjemmet Høgskole AS, ved institusjonens øverste leder

Daglig ansvarlig

Anja Bjørøy

Student

Tora Eileen Bjørknes Grande

Personvernombudet har vurdert prosjektet og finner at behandlingen av personopplysninger er meldepliktig i henhold til personopplysningsloven § 31. Behandlingen tilfredsstiller kravene i personopplysningsloven.

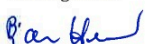
Personvernombudets vurdering forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i meldeskjemmet, korrespondanse med ombudet, ombudets kommentarer samt personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.


Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget skjema <http://www.nsd.uib.no/personvern/meldeplikt/skjema.html>. Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://pvo.nsd.no/prosjekt>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 01.09.2014, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen


Bjørn Henrichsen


Lene Christine M. Brandt

Lene Christine M. Brandt tlf: 55 58 89 26

Vedlegg: Prosjektvurdering

Kopi: Tora Eileen Bjørknes Grande, Blåklkkeveien 17, 2052 JESSHEIM

Avdelingskontorer / District Offices

OSLO: NSD Universitetet i Oslo, Postboks 1055 Blindern, 0316 Oslo. Tel. +47-22 85 52 11 nsd@uio.no
TRONDHEIM: NSD Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, 7491 Trondheim. Tel. +47-73 59 19 07 kyre.svarva@svt.ntnu.no
TROMSØ: NSD SVF, Universitetet i Tromsø, 9037 Tromsø. Tel. +47-77 64 43 36 nsdmas@svt.uib.no

Vedlegg 2

Informasjonsark for deltakere i forskningsprosjekt

"På hvilken måte opplever terapeuten at hun anvender sine egne relasjonelle erfaringer og personlige egenskaper i terapi?"

Forsker:

Jeg heter Tora Eileen Bjørknes Grande. Jeg jobber som selvstendig næringsdrivende med foreldreveiledning, familieterapi og parterapi. Dette prosjektet leder frem mot en mastergrad i familieterapi og systemisk praksis ved Diakonhjemmet høyskole i Oslo, i 2014.

Telefonnummer og adresse:

Du er velkommen til å be om mer informasjon ved å ringe eller sende en mail til

Formålet med forskningen

Bakgrunnen for min problemstilling er arbeidet til Duncan, Miller, Wampold og Hubble i forhold til hva det er som virker i terapi. Jeg er også inspirert av Per Jensens doktorgradsarbeid som omhandler mønstrene som forbinder terapeuters personlige liv med deres kliniske praksis.

Ut fra en moderne tenkning, der man kanskje hadde en tanke om at man skulle lære seg en teknikk man skulle bruke for å løse opp uheldige samspillsmønstre i en familie, har den postmoderne systemiske tenkningen gått mer i retning av sosialkonstruksjon, i form av en opptatthet av språk og relasjon.

Forskningen jeg tidligere nevnte resulterte i at man så at bortsett fra faktorer som er utenfor terapirommet, så er den relasjonen terapeuten klarer å bygge sammen med klienten den nest viktigste faktoren for at terapi skal virke og gi resultater.

Jeg er opptatt av terapeuters refleksjoner omkring sin egen rolle som terapeut, og forbindelseslinjene mellom det personlige og det profesjonelle "jeg". Jeg er videre opptatt av hvordan terapeuter opplever sin egen prosess i forhold til en forening av det personlige og det profesjonelle "jeg", hvilke faktorer som har vært viktige i denne prosessen, og hvordan opplevelsen av dette har vært.

Hva skjer med informasjonen om deg?

Intervjuet med deg vil bli tatt opp på diktafon og transkribert. Transkripsjonen vil være grunnlaget for videre analyse sammen med annet innsamlet materiale. Transkripsjoner og opptak vil bli slettet når prosjektet er ferdigstilt, innen august 2014. Informasjonen du gir vil tildeles et fiktivt navn, og du vil ikke kunne gjenkjennes i materialet. Annen informasjon du måtte gi som kan avdekke hvem du er vil endres eller utelates. Materialet vil underveis oppbevares på minnepenn og ekstern harddisk, og vil beskyttes med passord.

Hvordan materialet vil bli brukt?

Materialet vil bli brukt som grunnlag for forskning på ovennevnte problemstilling, som vil resultere i en masteroppgave. Analysemetoden som skal brukes er "Grounded Theory", en metode som tar sikte på å skape ny teori ut fra kvalitativ forskning på erfaringsbasert kunnskap. Masteroppgaven vil legges frem for kollegaer, og vil etter godkjenning ligge tilgjengelig på nett.

Hva vil det innebære for informanten?

Jeg ønsker å gjennomføre et intervju med deg med en varighet på cirka en til en og en time. Du bestemmer selv hvor det er mest komfortabelt for deg å gjennomføre intervjuet.

Jeg håper du vil være villig til å bidra til at kunnskapen og forståelsen for terapeuters opplevelse av integrasjonen mellom fag og person økes. Det er viktig for meg at terapeuter med ulik kjønn, alder og erfaring deltar, da dette vil bidra til en bredde i materialet. Jeg håper at prosjektet skal være et innspill til familieterapifeltet.

Det er viktig for meg at vi oppnår et godt og fruktbart samarbeid i løpet av dette prosjektet. Derfor vil jeg søke å gi deg tilbakemeldinger om mine tanker og refleksjoner underveis, og be om å få dine kommentarer og synspunkter.

Før mastergradsprosjektet blir sluttført, vil jeg sende deg et foreløpig utkast, der jeg vil be om dine synspunkter og kommentarer.

Som deltaker må du være interessert i problemstillinger som jeg har nevnt ovenfor, og være villig til å bidra med dine erfaringer og synspunkter, og dele dine meninger og refleksjoner med meg.

Hvorfor er du valgt?

Jeg skriver til deg fordi du ble anbefalt av..... Hun har gitt meg noe informasjon om deg og hvordan du arbeider, og jeg tenkte ut fra det at du kunne ha verdifulle perspektiver og erfaringer som kunne berike mitt prosjekt.

Taushetsplikt

Materialet jeg samler inn vil bli brukt i mitt mastergradsprosjekt. I tillegg vil to av mine medstudenter og min veileder ha tilgang til dataene jeg benytter i mine analyser. Som informant vil du få tildelt et fiktivt navn, slik at du ikke kan gjenkjennes.

Frivillig deltakelse

Du har rett til å trekke deg fra prosjektet når du måtte ønske, uten å forklare meg hvorfor.

Studien er meldt inn til Personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS.

Mer informasjon

Hvis du har flere spørsmål vedrørende mulig deltakelse i prosjektet, eller kommentarer til prosjektet, ta gjerne kontakt på telefon eller mail.

Vennlig hilsen

Tora Eileen Bjørknes Grande
Mastergradsstudent
Diakonhjemmet høyskole, august 2013

Vedlegg 3

Samtykkeerklæring for informanter

Forskningsprosjekt:

"Hvordan opplever terapeuter at de bruker seg selv og sine egne erfaringer i terapi"

Forskerens navn:

Tora Eileen Bjørknes Grande, Diakonhjemmets høgskole, Oslo.

Tlf:

e-post:

1. Jeg har lest og forstått informasjonsarket og hatt mulighet til å stille spørsmål.
2. Min deltakelse er frivillig og konfidensiell, og jeg kan trekke meg fra prosjektet når som helst, uten å oppgi noen grunn eller at mine rettigheter blir berørt.
3. Ingen enkeltpersoner vil kunne gjenkjennes i publikasjoner. Opplysningene anonymiseres, og lydopptak slettes når prosjektet er ferdig. Innen 01.11.14.
4. Jeg er inneforstått med at det i enhver publikasjon som kommer ut av denne forskningen, ikke vil være mulig å identifisere meg på noen måte.
5. Jeg har mottatt skriftlig informasjon, og er villig til å delta i studien.

Navn:

Adr:

Dato og signatur

Forsker: Tora E. B. Grande

Dato og signatur

Signeres i to kopier, en til forsker og en til informant

Vedlegg 4

Intervjuguide

Formen i dette intervjuet er tenkt å være en samtale om temaet. Dette innebærer at det ikke er en rekke spørsmål, men noen spørsmål som er tenkt å føre til en refleksjonsprosess. Jeg vil som intervjuer underveis kunne be deg om å utforske et tema nærmere ved å be om mer forklaring eller utdyping, jeg vil sjekke med deg underveis om jeg har forstått det du sier slik du hadde ment det, og jeg vil kunne gå tilbake for å utforske tidligere temaer i samtalen vår.

Tema til intervju med

1. På hvilken måte opplever du at du bruker deg selv og dine personlige egenskaper i terapi?
2. Hvilke kvaliteter tenker du at du innehar som person, og hvilke har du tilegnet deg underveis?
3. Hva har du opplevd som sentrale faktorer i implimenteringsprosessen mellom dine personlige egenskaper og det du har lært i utdanningen?
4. Eventuelt...

